



Roerbaknoedels met kip & groenten



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

2 teentjes knoflook
5 centimeters gember
2 rode spaanse pepers
4 wortels
1 rode ui
2 rode paprika's
1 broccoli
125 gram gemengde paddestoelen
2 kipfilets
2 theelepels vijfkruidenpoeder
2 eetlepels sesamolie
1 eetlepel arachideolie
1 blik mais
150 gram peultjes
250 gram noedels
2 eetlepels sojasaus
2 eetlepels zwartebonesaus
2 theelepels sesamzaadjes
koriander

Bereidingswijze

- 1.** Snij de knoflook en de gember fijn. Verwijder de zaadjes van de Spaanse pepers en snij ook fijn. Schil de wortels en snij in reepjes. Snij de rode ui, de paprika's, de broccoli en de paddenstoelen fijn.
- 2.** Snij de kipfilets in reepjes en meng in een kom met het vijfkruidenpoeder en de sesamolie.



- 3.** Verhit een wok, voeg de arachideolie toe en roerbak de knoflook, gember en Spaanse peper gedurende 30 seconden. Voeg de kippenreepjes toe en roerbak gedurende 1 à 2 minuten. Voeg alle groenten toe en laat nog 3 à 4 minuten bakken.
- 4.** Kook de noedels in een grote pot met lichtgezouten water en giet af. Voeg de noedels toe aan de wok. Voeg de sojasaus en de zwartebonensaus toe en roer goed. Verdeel over vier kommen en werk af met sesamzaadjes en koriander.