



WIJNBOX

**La Vieille Ferme blanc**

Bij de zoete honingpinda's drink je het liefst een ronde wijn, omdat teveel zuren botsen. Deze Rhôneblend is, volzacht met rijp fruit en kracht.



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 01  
2017



**Een culinaire vraag tijdens het koken?**

Stuur tussen 16:00 - 21:00 uur een gratis WhatsApp-bericht naar +31 (0) 6 2727 3232.



Maak een foto van je gerecht en deel deze via. De mooiste foto krijgt een verrassing!

## Thaise noedels met snijbonen en pikante honingpinda's

Een typisch Thais gerecht met omeletreepjes en koriander

Er is iets dat alle Thaise gerechten gemeen hebben: de balans tussen zoet, zuur, zout en pittig is precies goed! Het gedroogde citroengras, sereh genoemd, heeft, door het drogen en malen, een iets sterkere smaak dan vers citroengras.



20-25 min



gemakkelijk



eet binnen 5 dagen



vegetarisch



pittig

bewaar in de koelkast



Snijbonen



Bosui



Verse koriander



Vrije-uitloepi



Knoflookteen



Rode peper



Sereh



Noedels



Sojasaus



Pikante honingpinda's

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Knoflookteen (st)	½	1	1½	2	2½	3
Rode peper (st)	¼	½	½	¾	1	1
Snijbonen (g)	200	400	600	800	1000	1200
Bosui (st)	1	2	3	4	5	6
Verse koriander (takjes)	2	4	6	8	10	12
Sereh (tl)	1	2	3	4	5	6
Noedels (g) <b>1)</b>	75	150	225	300	375	450
Vrije-uitloopei (st) <b>3)</b>	1	2	3	4	5	6
Sojasaus (ml) <b>1) 6) 19)</b>	10	20	30	40	50	60
Pikante honingpinda's (g) <b>5) 22)</b>	10	20	30	40	50	60
Zonnebloemolie (el)*	1	2	2	3	3	4
Melk*				Scheutje		
Bruine suiker (tl)*	1	2	3	4	5	6
Peper & zout*				Naar smaak		

\* Zelf toevoegen

### Allergenen

**1)** Gluten **3)** Eieren  
**5)** Pinda's **6)** Soja  
 Kan sporen bevatten van  
**19)** pinda's en **22)** noten.

### Benodigheden

Pan met deksel, wok of hapjespan met deksel, kom, koekenpan

**Voedingswaarden** 514 kcal | 18 g eiwit | 73 g koolhydraten | 14 g vet, waarvan 2 g verzadigd | 13 g vezels



**1** Breng 400 ml water per persoon aan de kook in een pan met deksel voor de noedels.



**2** Snijd of pers de knoflook fijn. Verwijder de zaadlijsten van de rode peper en snijd de rode peper klein. Snijd de snijbonen in schuine reepjes van 1 cm. Snijd de bosui in ringen. Snijd of hak de koriander fijn.

**3** Verhit de helft van de zonnebloemolie in een wok of hapjespan met deksel en fruit de knoflook, rode peper en de bosui 2 minuten op laag vuur. Voeg de snijbonen, de sereh en 3 el water per persoon toe. Draai het vuur middelhoog en bak, afgedekt, 8 minuten.



**4** Kook ondertussen de noedels, afgedekt, 4 minuten in de pan met deksel en giet af. Spoel af met koud water en laat uitlekken.

**5** Kluts de eieren met een scheutje melk, peper en zout in een kom. Verhit de overige zonnebloemolie in een koekenpan en bak per persoon 1 omelet. Snijd vervolgens de omelet in smalle repen.



**6** Voeg de noedels toe aan de wok of hapjespan met groenten. Breng op smaak met de sojasaus en bruine suiker en verhit nog 1 minuut. Voeg de helft van de omeletreepjes toe.

**7** Verdeel het gerecht over de borden, verdeel de overige omeletreepjes erover en garneer met de honingpinda's en koriander.

**Tip!** Heb je geen bruine suiker in huis? Gebruik dan witte kristalsuiker of honing óf laat het achterwege.