



Oosterse gehaktballetjes met noodles

sesamworteltjes en paksoi

Kun je het nog herinneren? Het stukje boter bij de worteltjes van oma? Dat gaan we vandaag weer doen, maar met een leuke twist met sesamboter in een oosters gerecht. Dat wordt smullen!

25 min | 787 kcal

Help ons papier, Co2 en kosten
te sparen door je recepten te
bekijken via onze mobiele
website



ekomenu
VOEL JE LEKKER

BIOLOGISCHE INGREDIËNTEN

		1P	2P	3P	4P
Udon noodles	g	85	170	255	340
Wortel	g	125	250	375	500
Sesamzaadjes	g	10	15	20	25
Rundergehakt	g	100	200	300	400
Gember (verse)	tl	1	2	3	4
Paksoi	st	0.5	1	1	2
Limoen	st	0.25	0.5	1	1
Verse Thaise basilicum	st	0.25	0.5	1	1

zelf toevoegen:

Boter	g	15	30	45	60
Olie	el	0.5	1	1.5	2
Komijn	tl	0.5	1	1.5	2
Ketjap	el	1	2	3	4
Zout en peper					

**Bij biologische teelt is er meer diversiteit in gewicht van de geleverde groenten. Om verspilling te voorkomen passen we bij het inpakken soms de hoeveelheden aan. De garantie is 200-250 gram groenten per persoon.*



Deel je gerecht
online met
#ekomenu

BEREIDINGSWIJZE

1. Breng een pan met water en een snuf zout aan de kook en kook de noodles in 12 minuten gaar. Giet het water af en bewaar een beetje kookvocht.
2. Was of schil de wortels en snijd klein. Breng nog een pan met weinig water aan de kook en kook de worteltjes in ongeveer 10 minuten beetgaar. Giet daarna het water af en schep de helft van de boter en de sesamzaadjes door de warme worteltjes. Breng op smaak met peper en zout en zet afgedekt opzij.
3. Meng intussen het gehakt met de geraspte gember, komijn, peper en zout en rol kleine balletjes ervan. Verwarm olie in een bakpan en bak de gehaktballetjes rondom goudbruin.
4. Was de paksoi en snijd klein. Bak eerst het witte gedeelte 3 minuten met de balletjes mee. Voeg vervolgens het groene blad toe en bak nogmaals 2 minuten op een middelhoog vuur. Blus af met de ketjap en limoensap. Voeg de rest van de boter en een scheutje kookvocht toe.
5. Schep de noodles op de borden en serveer deze met de sesamworteltjes, paksoi en gehaktballetjes. Garneer met de Thaise basilicum.

Tip: Voor een nog snellere variant kun je ook het gehakt rullen en door de noodles mengen!

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

