



260 gram
groenten per
portie *

Rijstnoodles met paksoi

paprika, pinda's en omeletreepjes

Paksoi is een koolsoort uit Azië, met knapperige witte of groene stelen en donkergroene bladeren. Vanwege de aangename knapperigheid en milde smaak is deze groente in de Aziatische keuken heel populair, maar ook bij ons vind je paksoi steeds vaker op het menu. En terecht: paksoi is veelzijdig genoeg om zowel in exotische roerbakshotels als in stamppotten te verwerken, en daarnaast ook erg gezond.

25 min | 604 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

Knoflookteen	st	1	2	2	3
Puntpaprika	g	100	200	300	400
Paksoi	st	0.5	1	1.5	2
Ei	st	1	2	3	4
Bruine rijstnoodles	g	100	200	250	400
Pinda's ongezouten	g	15	25	40	50

zelf toevoegen:

Bakolie	el	1	2	3	4
Tamari (of sojasaus) (Chili)peper	el	1	2	3	4

**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. Pel en snipper de knoflook. Halveer de paprika, verwijder de zaadlijsten en snijd in dunne repen. Was de paksoi en snijd in repen (houd het groene en witte deel van de paksoi gescheiden).
2. Verhit olie in een wok of diepe pan en bak de paprika en knoflook 2 minuten op een hoog vuur. Bak dan het witte deel van de paksoi mee. Blus af met tamari en breng op smaak met (chili)peper. Voeg vlak voor je het vuur uitzet het groene deel van de paksoi toe.
3. Klop de eieren los in een kom. Verhit olie in een bakpan en bak van de eieren een omelet. Snijd de omelet vervolgens in lange linten of in stukken.
4. Breng intussen een pan water aan de kook voor de bruine rijstnoodles. Kook de noodles 3-4 minuten, giet het water af en laat uitlekken.
5. Serveer de bruine rijstnoodles met de groenten en omelet. Hak de pinda's klein en strooi erover.

Tip: Ook heel erg lekker met chilivlokken of een beetje sambal voor meer pit.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze
nieuwsbrief

