



Creamy maïs ramen

met kastanjechampignons, bosui en ei

Maïs lovers opgelet: deze creamy maïs ramen wordt je nieuwe favoriet. We blenden de maïs samen met wat kokosmelk tot een heerlijke saus. Lekker met knapperige groenten en bosui en afgetopt met een zacht gekookt ei. Die mag op het lijstje van Aziatische comfort food.

25 min | 776 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	<i>g</i>	85	170	255	340
Eieren	<i>st</i>	1	2	3	4
Knoflookteen	<i>st</i>	1	2	2	3
Sjalot	<i>st</i>	0.5	1	1	2
Gember	<i>tl</i>	1	2	2	3
Mais	<i>g</i>	140	280	360	560
Piri Piri kruiden	<i>tl</i>	1	1	1	1
Kokosmelk	<i>ml</i>	100	200	300	400
Kastanjechampignons	<i>g</i>	100	200	200	400
Prei	<i>st</i>	0.5	1	2	2
Bosui	<i>bos</i>	0.25	0.5	0.5	1

zelf toevoegen:

Bouillon	<i>ml</i>	100	200	300	400
Olie	<i>el</i>	0.5	1	1.5	2
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 12-15 minuten gaar. Doe de laatste 6 minuten de eieren bij de noodles. (Je kunt ook een aparte pan gebruiken om de eieren in te koken.) Giet de noodles af en laat de eieren schrikken onder de koude kraan.
2. Pel en snipper intussen de sjalot en knoflook. Rasp de gember. Laat de maïs uitlekken. Bereid de bouillon.
3. Verhit olie in een bakpan en fruit de sjalot, knoflook en gember 2 minuten. Doe de maïs, kokosmelk, piri piri kruiden naar smaak en bouillon erbij en verwarm een paar minuten. Mix tot een grove saus (met een staafmixer, blender of keukenmachine). Als je de saus te dik vindt kun je wat extra water of bouillon toevoegen.
4. Veeë de champignons schoon en snijd doormidden of in kwarten. Snijd de prei in de lengte doormidden, spoel onder de kraan en snijd klein. Snijd de bosui in ringetjes. Verhit olie in een pan en bak de champignons en prei 6-8 minuten. Breng op smaak met zout en peper.
5. Schep de noodles in diepe borden en giet de maïs saus erover. Schep de groenten erbij en garmeer met de bosui en het ei.

Tip: Je kunt ook een ei gebruiken om er een 'egg drop' saus van te maken. Breek het ei boven de warme saus en blijf roeren terwijl het ei stolt.

Biologisch



info@ekomenu.nl
info@ekomenu.be

Schrijf je in voor onze nieuwsbrief

