Thaise noedels met kip

RECEPT

Bereidingstijd: circa 25 minuten

Ingrediënten voor 4 personen

- 400 gram kipfilet
- 2 teentjes knoflook
- 1 grote ui
- 1 prei
- stuk (ca. 5 cm) verse gemberwortel
- 1-2 rode pepers
- 1-2 eetlepels Thaise groene currypasta
- ½ Chinese kool
- 250 gram dunne sperziebonen
- 100 gram kastanjechampignons
- 100 gram taugé
- 3 lente-uitjes
- 75 gram cashewnoten
- 3 eetlepels zonnebloemolie
- 250 gram noedels (eiermie)
- 2 eetlepels Japanse sojasaus
- 1 eetlepel Thaise vissaus of sap van 1 limoen
- verse koriander

Bereiding

- Snijd de kipfilet in mooie reepjes. (Tip: leg de kip een uurtje in de diepvriezer voor het snijden, dan gaat dit gemakkelijker.)
- Pel de knoflook en de ui en hak ze fijn. Maak de prei schoon en snijd deze in ringen. Schil de gemberwortel en snijd deze heel fijn. Maak de pepers schoon, verwijder zaad en zaadlijsten en snijd ze in smalle reepjes. Maak de kool schoon en snijd deze fijn. Maak de sperziebonen schoon en snijd ze in drieën. Borstel de champignons schoon en snijd ze in plakjes. Was de taugé en laat ze uitlekken. Maak de lente-uitjes schoon en snijd ze in diagonale stukjes van 2 cm. Hak de cashewnoten grof.
- Kook de noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking, laat ze goed uitlekken, doe ze over in een kom en overgiet ze met koud water.
- Verhit de olie in een grote wok of wijde braadpan, bak de kipreepjes snel om en om aan en neem ze uit de pan. Voeg eventueel wat olie toe en bak de knoflook, ui, prei, gember, pepers met de Thaise currypasta op middelhoog vuur een minuut of vijf tot de groenten zacht zijn. Voeg de kool, sperziebonen en champignons toe, doe de kipreepjes terug in de pan en roerbak 4-6 minuten. Doe dan de taugé en de goed uitgelekte noedels erbij en schep alles heel goed om. Breng op smaak met sojasaus, vissaus of limoensap en koriander.
- Bestrooi met de cashewnoten.

Tip:

Vervang de kip door grote - gegrilleerde - garnalen.

WIJNTIP

McPherson Family Series, Lucie's Promise Cabernet Rosé

Lucie Inara Mourad werd in mei 2010 geboren in het familiehuis op het Australische platteland. Deze kleindochter van Andrew McPherson (meer bekend als Lulu), vertegenwoordigt de belofte van een nieuwe generatie en de kracht van haar familiegeschiedenis.
Lucie's Promise is een frisse, levendige wijn, rijk geurend naar frambozen en aardbeien. Je proeft intens rood fruit en lichte munttonen. Het is zeker geen niemendalletje, deze rosé met zijn lange afdronk. Het is echt wijn! Uitstekend bij pittige (Aziatische) gerechten, bij een anti pasta, zomerse salade en natuurlijk als aperitief op het terras of balkon.

De wijn komt uit zuidoost Australië (Murray Darling wijngaarden) en wordt gemaakt van 100% cabernet sauvignondruiven. De schillen gisten maar kort mee zodat een mooie aardbeikleur wordt verkregen. De wijn wordt vervolgens koud gefermenteerd, zodat het zomerse fruitkarakter en de kleur behouden blijft. Het hele proces van wijn maken neemt minder dan zes weken in beslag.