

Ingrediënten voor 2 personen

-dunne eier-noedels voor 2 personen (bv 150 gram) -kip voor 2 personen (bv 3 ons) -1 paprika
-5 lenteuitjes -stukje winterwortel
-stukje gember -1 spaanse peper
-1 of 2 teentjes knoflook -3 el sojasaus -1/2 tl vijfkruidenpoeder
-1 el chilisaus -1 el oestersaus
-1/2 el shoaxing rijstwijn -1 tl sesamololie -wat olie om in te bakken

Tijd: 10-20 min.
Keuken: Chinees
Smaak: Hartig
Eigen_keuken: Ja
Vegetarisch: Nee



Chicken Chow Mein (Chinese bami met kip)

Een snelle en gezonde maaltijd. Kan ook met ander vlees, zoals varkenshaas...maar dan heet het geen chicken chow mein meer natuurlijk ;-)

Bereidingswijze

Kip in stukjes, marineren met 1,5 el sojasaus, vijfkruidenpoeder en chilisaus. De noedels volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking bereiden, vervolgens onder de kraan goed koud-spoelen en uit laten lekken. 1 tl sesamololie erdoor roeren. De gemarineerde kip in 3-4 minuten in de wok bakken in olie. dan de knoflook, gember en spaanse peper er fijngesneden bij en even meebakken. Dan de gesneden paprika, bosui en wortel (die laatste met de dunschiller in de lengte gesneden) erbij. Roerbaksausje van 1 el oestersaus, 1 el sojasaus en 1/2 el shoaxing rijstwijn erdoor. De noedels erbij, goed doorroeren en droog bakken.

Serveertips

In een kom opdienen, met stokjes ;-)