



Noedels met Chinese kool en gebakken ei

Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Roerbaknoedels Ketjap Knoflook
- 400 g Chinese Kool
- 1 Rode paprika
- 3 Ei
- 2 el Olijfolie
- 60 g Noten, gemengde noten, olie geroosterd, met pinda's, licht gezouten

Instructie

1. Verwijder de buitenste bladeren en het onderste gedeelte van de Chinese kool en snijd de kool in de lengte doormidden. Was daarna de kool en snijd deze nogmaals, maar dan in smalle repen. Snijd vervolgens de rode paprika in blokjes. Verhit hierna een pan met olijfolie en roerbak de Chinese kool en de paprika, kort op hoog vuur.
2. Voeg aan de groenten de kruidenmix toe uit het zakje MAGGI Roerbaknoedels Ketjap Knoflook. Doe dit samen met 300 ml water, zoals aangegeven op de verpakking.
3. Haal de noedels uit de verpakking en voeg deze toe in de pan. Laat de noedels, al roerend, het vocht opnemen en gaar worden.
4. Pak een aparte koekenpan en verhit deze de overige olijfolie. Bak daarna de 3 eieren los in de pan, zodat je elk bord hier straks mee kan afmaken.
5. Alle ingrediënten zijn nu klaar om geserveerd te worden. Probeer eens de Aziatische eetwijze door de roerbaknoedels met groenten in diepe kommen, ook wel bowls genoemd, te serveren. Leg op de noedels het gebakken eitje en serveer het gerecht met stokjes. Dat wordt een smakelijke uitdaging! Tast toe en geniet van deze vegetarische maaltijd!

Voedingswaarden tonen

15 Min

koolhydraten	48.55 g
Energie	573.71 kcal
vetten	35.06 g
Eiwit	18.39 g

3 Porties