


Wok met Gaasterlander reepjes

Dit wokgerecht met Gaasterlander reepjes, noodles, peultjes en wortelen is heel eenvoudig en gemakkelijk te maken voor iedereen. De groentes zijn goed af te wisselen met de seizoenen.

 20-30 min.  4 pers



 Bewaar dit recept

 Deel dit recept



Ingrediënten

400 gram Gaasterlander reepjes of ongepaneerde schnitzel
250 gram noodles
1 teen knoflook
300 gram peultjes
100 gram wortelen
2 stuks bosuitjes
3 eetlepels zonnebloemolie
3 eetlepels sojasaus
1 stukje gember
2 eetlepels sesamzaadjes

Wat heb je verder nodig

Wokpan
Wok olie

Bereiden

1. Bereid de noodles, 1,5 min. korter dan de aanwijzingen op de verpakking.
2. Snijd de wortelen in partjes en de bosuitjes in kleine stukjes.
3. Verwarm de wokpan op hoog vuur en voeg een scheutje wok olie toe.
4. Bak ongeveer drie minuten de Gaasterlander reepjes in de pan en voeg daarna de groenten en noodles toe.
5. Roerbak dit ongeveer 3 minuten.
6. Voeg wat peper en zout naar smaak toe.
7. Breng het geheel op smaak door sojasaus, gember, knoflook en/of sesamzaadjes toe te voegen.



Je proeft de oorsprong!