



Mosselen met groene groenten

2 personen

🕒 15 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍴 1 kilo mosselen
- 🍴 2 tl sesamzaad
- 🍴 125 g eiermie
- 🍴 2 el wok olie
- 🍴 1 tl geraspte gemberwortel
- 🍴 1 prei, in ringen
- 🍴 200 g sugar snaps
- 🍴 100 g (diepvries) doperwtten
- 🍴 3 bosuitjes, in schuine ringetjes
- 🍴 3 el sojasaus

MATERIAAL: wok

ZO MAAK JE HET:

1. Controleer de mosselen.
2. Rooster in een droge koekenpan het sesamzaad en schud op een bord.
3. Kook de mie volgens de aanwijzingen op de verpakking.
4. Verhit een ruime wok.
5. Voeg de olie toe
6. Roerbak de gemberwortel en de prei 2 minuten met de sugarsnaps en de doperwtten.
7. Voeg de mosselen toe en bak ze al omscheppend 5 minuten of tot alle schelpen openstaan.
8. Giet de mie af.
9. Meng de mie met de bosui door de mosselen.
10. Breng op smaak met sojasaus en peper en verdeel over 2 kommen.
11. Bestrooi met het sesamzaad.

