



Chow Mein met kip

Chow Mein is gebaseerd op een gerecht uit de Chinese keuken, Tsap Seui, echter heeft het in Amerika een eigen draai gekregen en daar noemen ze het dus "Chow Mein". Het is eigenlijk een typische afhaalmaaltijd voor veel Amerikanen. Net zoals "onze" babi pangang, welke overigens ook niet Chinees, maar eerder Nederlands-Chinees is.

2 PERSONEN

🕒 20 minuten

DIT HEB JE NODIG

- 🍳 200 g kipdijfilet (ca.2 stuks - zonder bot)
- 🍳 9 g eiernoedels
- 🍳 75 g wortel (geraspt of in kleine blokjes gesneden)
- 🍳 65 g champignons (in plakjes)
- 🍳 25 g taugé
- 🍳 ¼ Chinese kool
- 🍳 1½ el sojasaus
- 🍳 1 el oestersaus
- 🍳 1 el hoisinsaus
- 🍳 1 el (rijst)azijn
- 🍳 ½ el maïzena
- 🍳 ½ tl sesamololie
- 🍳 ½ tl gember (vers - geraspt)

ter garnering

- 🍳 bosui, sesamzaadjes, partjes limoen

MATERIAAL: wok

ZO MAAK JE HET

1. Snij de kippendij in dunne reepjes en marineer het met 1 el oestersaus, ½ el sojasaus, ½ el maïzena en ½ el (rijst)azijn.
2. Laat dit ongeveer 30 minuten afgedekt marineren in de koelkast (of bereid dit de dag van tevoren voor).
3. Doe de noedels in een kom en giet hier kokend water over voor ongeveer 3-4 minuten tot ze beetgaar zijn.
4. Giet af en hou apart.
5. Maak ondertussen de marinade voor de Chow Mein.
6. Meng de volgende ingrediënten in een kom: 1 el sojasaus, 1 el hoisinsaus, ½ tl sesamololie en ½ el (rijst)azijn.
7. Verhit een beetje olie in een ruime wok, doe hierin de kip en bak dit gaar tot het mooi goudbruin is.
8. Haal de kip uit de wok en hou apart.
9. Voeg, wanneer nodig, weer een beetje olie toe en wok de noedels enkele minuten tot ze knapperig worden in de wok.
10. Haal ze daarna uit de wok en zet apart.
11. Verhit, indien nodig, opnieuw een beetje olie in de wok en voeg dan de gember toe.
12. Wok dit ook even kort, voeg dan de wortel toe en wok tot ze zachter worden.
13. Voeg dan de Chinese kool, champignons en de marinade toe.
14. Wok tot de groenten gaar en knapperig zijn.
15. Voeg dan de noedels en de kip weer toe, wok dit tot alles goed warm is.
16. Voeg op het laatst de taugé toe en breng verder op smaak met sojasaus en naar wens eventueel peper of een beetje sambal.
17. Garneer met sesamzaadjes, fijngesneden bosui en/of een partje limoen.

BRON: eefkooktzo.nl

