



Soba noedels met groene asperges en pinda dressing

2 PERSONEN

🕒 20 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍴 250 g soba noedels*
- 🍴 100 g groene asperge tips
- 🍴 ½ courgette
- 🍴 40 g ongezouten pinda's
- 🍴 gebakken uitjes naar smaak
- 🍴 olie om in te bakken

voor de dressing

- 🍴 1½ el 100% pindakaas
- 🍴 1 tl fijngehakte knoflook
- 🍴 1 tl fijngehakte gember
- 🍴 2 el sojasaus
- 🍴 1 el rijst azijn
- 🍴 1 el limoensap

MATERIAAL: vijzel

ZO MAAK JE HET:

1. Was de aspergetips en snijd ongeveer 1 centimeter van de onderkant af.
2. Was de courgette en snijd reepjes julienne van de courgette.
3. Hak de pinda's grof.
4. Pureer knoflook en gember helemaal fijn of gebruik een vijzel hiervoor.
5. Deze twee ingrediënten kunnen ook fijn gemalen in een potje gekocht worden.
6. Kook de soba noedels volgens de aanwijzingen van de verpakking en spoel af met koud water.
7. Neem een kommetje en voeg hierin alle ingrediënten van de dressing.
8. Meng met een garde goed door tot er een glad mengsel ontstaat.
9. Verhit een beetje olie in een pan en roerbak de groene asperge tips ongeveer 3 minuten.
10. Voeg dan de courgette reepjes toe en roerbak nog ongeveer 2 minuten mee.
11. De courgette moet nog een lekkere bite hebben.
12. Breng op smaak met peper en zout.
13. Voeg de dressing bij de soba noedels.
14. Deze wordt koud geserveerd.
15. Voeg hierbij de groene aspergetips en courgette, koud of warm.
16. Maak het gerecht af met gehakte pinda's en gebakken uitjes.

* Soba noedels zijn gemaakt van boekweit en zijn daarom glutenvrij. De noedels zijn vol van smaak en kunnen zowel koud als warm gegeten worden.

TIP: Groene asperges of groene asperge tips?

Het verschil zit in het formaat van de asperges. De groene asperges zijn een stuk langer en dikker dan de asperge tips. De tips zijn dan ook heerlijk in gerechten zoals noedels of pasta, omdat deze iets verfijnder zijn.

BRON: jaimyskitchen.nl

