

# Chow Mein

Vandaag een van de bekendste gerechten uit Azië: Chow Mein. Eigenlijk betekent *chow mein* niet veel meer dan geroerbakte noedels en komt uit China. Eigenlijk een beetje hetzelfde als dat *bami goreng* ook zo weinig zegt; gebakken noedels. Er bestaan daarom ook ongelofelijk veel variaties. Vandaag maak ik de mijne en laat ik zien hoe simpel het is om een lekker wokgerecht in no-time op tafel te zetten.

## Ingrediënten voor 2 personen:

- 200 gr eiermie
- 200 gr kipfilet
- 1 teentje knoflook
- 1 stukje gember (zo groot als een gemiddelde duim)
- 2 mini pak-choi / paksoi
- 1 worteltje
- 6 shiitake
- klein bosje koriander
- 1 Spaanse peper
- 2 stengels bosui
- 2 el donkere sojasaus
- 1 el lichte sojasaus
- 1 el Chinese 5-spices-poeder
- sesamololie



*Belangrijk:* lees het recept van te voren goed door. Zodra alles gesneden is en de pan met water kookt, duurt het maar zo'n 5 minuutjes tot het gerecht klaar is. (Je kunt eindeloos variëren. Het is dus ook helemaal niet erg als je een bepaalde soort groente weglaat of vervangt door iets anders. Ga vooral je eigen gang en voeg toe wat jij lekker vindt.)

1. Zet een pan met water op voor de noedels.
  2. Snij de kipfilet in reepjes. Snij de wortel in halve plakjes. Snij de stengels bosui in dunne ringetjes. Snij de steeltjes van de koriander fijn (de blaadjes bewaar je voor bij het eten). Hak de knoflook, gember en het pepertje fijn (verwijder eventueel de zaadjes uit de peper). Halveer de shiitake.
  3. Zet een wok op het hoogste vuur en laat deze goed heet worden. Voeg nu ongeveer 3 eetlepels zonnebloemolie toe en daarna gelijk de kipreepjes. Roer even goed door om te zorgen dat de kip niet meer aan elkaar plakt. Voeg nu de wortel, knoflook, gember, peper, koriandersteeltjes en bosui toe. Blijf 2 minuutjes regelmatig roeren.
  4. Kook de mie ondertussen volgens de verpakking.
  5. Voeg de shiitaken toe aan de wok. Na een klein minuutje voeg je ook de 5-spice-poeder en de sojasauzen.
  6. Halveer de mini paksoi om ze vervolgens in kwarten te snijden. Voeg ze toe aan het water van de noedels.
  7. Voeg de noedels en de paksoi met een knijptang toe aan de wok: gewoon direct van de kookpan naar de wok. Je hoeft het niet af te gieten omdat het vocht en de zetmeel die erin zit voor een soort sausje zorgt. Roer het geheel goed door voor een half minuutje.
- Voeg nog een beetje limoensap en sesamololie toe naar smaak.

Smakelijk eten! Heerlijk met wat blaadjes koriander en nog wat extra limoen.