Groentewok met vis en noedels

Bereidingstijd
< 30 min

Moeilijkheidsgraad
Eenvoudig

Ingrediënten

250 gram eiernoodles
2 lente-uitjes
1 chilipeper
2 eetlepels sesamolie
750 gram Aziatische wokgroenten (uit de diepvries)
500 gram visblokjes (uit de diepvries - kabeljauw, koolvis of zalm)
150 gram edamameboontjes (uit de diepvries)
2 centimeters gember (geraspt)
2 teentjes knoflook
4 eetlepels sojasaus
2 eetlepels zoete chilisaus
1 handvol platte peterselie
1 handvol munt
1 limoen (optioneel)

Bereidingswijze

1. **Bereid de noedels volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snij de lente-uitjes in schuine ringen en snij de chilipeper in dunne plakjes.**
2. **Verhit de sesamolie in een grote wok. Voeg de diepvriesgroenten toe en roerbak ze 5 minuten op hoog vuur.**
3. **Voeg de visblokjes, de edamameboontjes, de gember en de chilipeper toe en pers er de look bij. Bak nog 5 minuten.**
4. **Roer de sojasaus en de zoete chilisaus door de wok.**
5. **Verdeel de noedels over 4 kommen en schep er de wokgroenten met de vis op. Werk af met de lente-uitjes, peterselie en munt. Serveer eventueel met partjes limoen.**