

13. Roerbakmie met garnalen of kippenblokjes

Aantal personen: 2

- . 1 kant-en-klaar bami groentepakket
- . 1 ui
- . 2 tenen knoflook
- . 1 pak roerbakmie à 250 gram (Honig)*
- . 2 eetlepels olijfolie
- . 1 pakje roerbakmix à 44 gram (Honig)
- . 1 tl sambal oelek
- . 200 gram Noorse garnalen
- . 4 eetlepels sojasaus

Snijd de schoongemaakte bamigroenten, met uitzondering van de taugé, kleiner. Snipper de ui en knoflook. Kook de roerbakmie volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.

Verhit de olie in een wok of ruime braadpan en fruit hierin de ui ca. 3 minuten. Voeg de groenten en knoflook toe en roerbak het geheel op hoog vuur ca. 4 minuten. Roer er dan de roerbakmix en sambal door en schep de roerbakmie, taugé en de garnalen door het groentemengsel. Breng op smaak met de sojasaus.

Lekker met een frisse Salade.

Bevat per portie van 225 gram 380 kcal.