

BAMI



20 minuten



1 persoon

INGREDIËNTEN

- 1 pakje **PowerSlim noodles**
- 40-50 g magere varkensvlees, in blokjes gesneden
- 30 g spitskool in dunne reepjes
- 30 g taugé
- 30 g prei in ringen
- 1 el sesamololie
- 1 el Kikkoman sojasaus
- ½ rode peper, zaadlijst verwijderd en in ringen
- 1 tl sambal oelek
- Snufje gemberpoeder
- Snufje kerriepoeder
- Snufje komijnpoeder
- Snufje korianderpoeder

BEREIDINGSWIJZE

Kook de noodles volgens de aanwijzing op de verpakking. Marineer ondertussen de varkensreepjes in de sojasaus en sesamololie. Verhit een wok en bak de varkensreepjes met kruiden circa 2 minuten. Voeg de kool, prei en peper toe en bak nog 3 minuten op hoog vuur. Voeg de noodles toe en bak 2 minuten mee. Tot slot de taugé toevoegen. Naar smaak sambal toevoegen.

Tip: voeg op het laatst 50 g garnalen of omeletreepjes van 1 ei toe aan de bami in plaats van de varkensblokjes.

286	30,5 g	10,6 g
Kcal	Eiwitten	Koolhydraten
12,5 g	5,0 g	
Vetten	Vezels	

