

Chow Mein



Hoofdgerecht

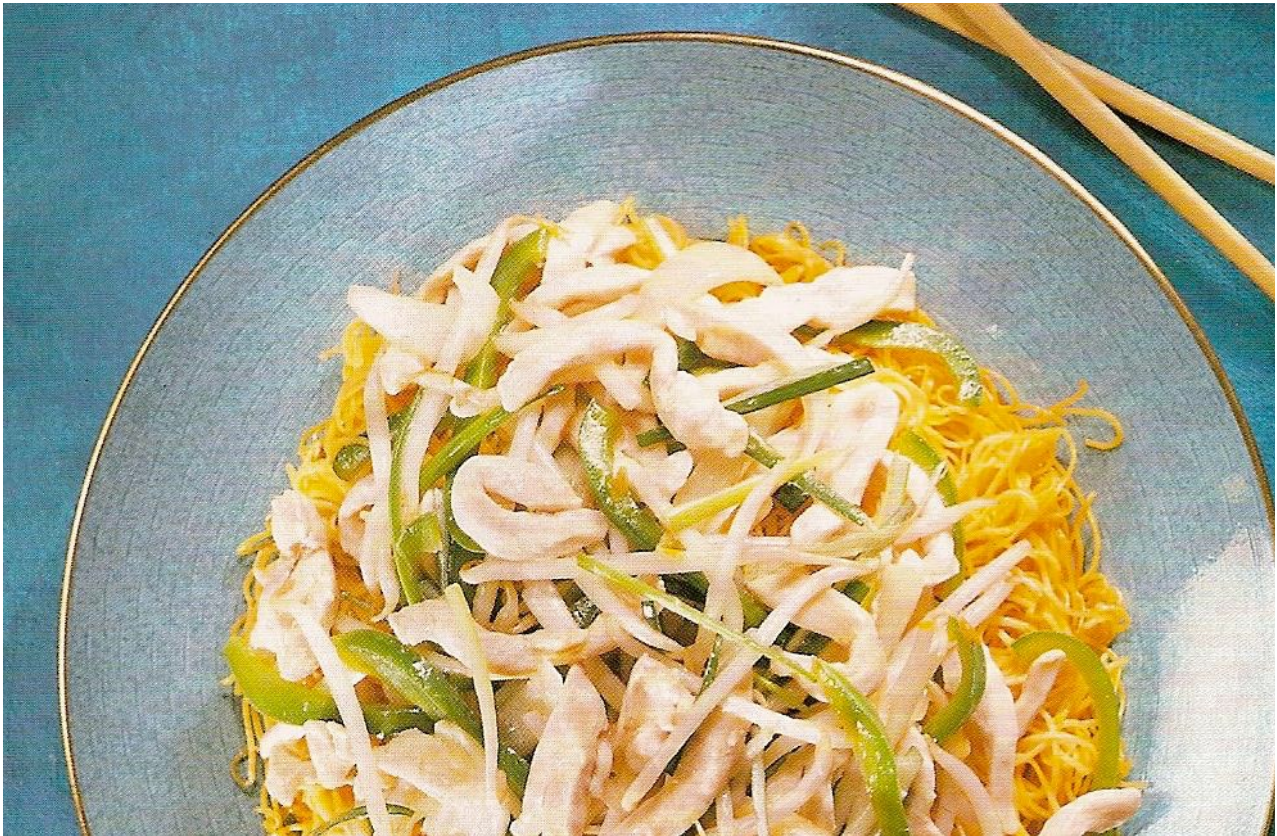
Bami

4 personen

Land: China

Bereidingstijd: Voorbereiding: 25 min. Bereiding: 6 min.

Seizoen: hele jaar door



Ingrediënten

- 900 gr verse of 500 gr gedroogde eiernoedels
- 10 el olie
- 4 el lichte soja
- 450 gr kipfilet, in dunne reepjes
- 2 kleine ui, in dunne halve ringetjes
- 2 groene paprika, in dunne reepjes
- 230 gr verse taugé
- 2 tl zout
- 1 tl suiker
- snufje v-tsin (desgewenst)

- 4 tl rijstwijn
- 4 lente-uitjes, in dunne ringetjes of sliertjes
- 7 eetlepels kippenbouillon of water
- 2 tl aangemaakte maïzena
- 1 tl sesamololie

Bereidingswijze

1. Kook de noedels in ruim kokend, gezouten water 1 minuut als ze vers zijn, 2 minuten als ze gedroogd zijn. Spoel ze af in koud water, laat ze uitlekken en meng ze met een beetje olie.
2. Verhit ongeveer de helft van de olie in een voorverwarmde wok. Roerbak de noedels 2 minuten, voeg dan de helft van de soja toe en roerbak nog een minuut. Doe de noedels over in een warme schaal.
3. Veeg de wok schoon en verhit de rest van de olie. Roerbak de kipreepjes en de ui 1 minuut, voeg dan de groene paprika en de taugé toe. Roerbak nog een minuut, voeg dan zout, suiker, v-tsin (als je dat gebruikt), rijstwijn, de rest van de soja en de lente-uitjes toe. Roerbak nog 1 minuut.
4. Giet er de bouillon bij en bind het vocht met de aangemaakte maïzena. Sprenkel de sesamololie erover en schep het mengsel over de noedels. Serveer het gerecht heet.

Tenslotte

Dit is de klassieke Chop suey, waarvan men denkt dat het eind negentiende eeuw in San Francisco ontstaan is. In Chinese restaurants in India wordt een gerecht geserveerd dat merkwaardigerwijs Amerikaanse Chop suey heet. Het is gewoon Chop suey met noedels. Opmerking: In dit recept blijven de noedels 'zacht'. Als je 'krokante' noedels wilt, frituur ze dan in stap 2 en voeg de soja pas toe wanneer de noedels uit de olie geschept zijn. Chow Mein of letterlijk "gebakken noedels" (炒面) in het Kantonees dialect is een van de meest populaire Chinese gerechten in de VS. Je kunt eindeloos variëren met verschillende gesneden groenten en vlees zoals in **Chow Mein met 8 schatten**. Kook 250 gr noedels zoals boven omschreven. Was, en week 2 gedroogde Chinese paddestoelen 30 minuten in warm water. Snijd 50 gr varkensfilet, 50 gr kipfilet, 2 plakjes bacon en 50 gr biefstuk in kleine plakjes en meng met 1 eiwit, 1 el maïzena en 1 tl zout. Maak 2 lente-uien, 50 gr sperziebonen, 2 stelen bleekselderij schoon en was ze. Breek de bonen doormidden. Snijd lente-ui, 40 gr bamboescheuten uit blik, de kapjes van de paddestoelen en bleekselderij in reepjes van 3 cm. Kook de sperziebonen 2 minuten in kokend water. Maak een sausje van 5 el kippenbouillon, 1 el maïzena, 1 el rijstwijn, 1 tl sesamololie en 1 el sojasaus. Verhit de wok op hoog vuur, verhit hierin vervolgens 2 el olie. Roerbak vlees en kip tot het verkleurt. Schep eruit en zet apart. Veeg de wok schoon en verhit op hoog vuur 2 eetlepels olie. Roerbak groenten en paddestoelen 1 minuut. Roer er 1 el lichte sojasaus door en roerbak nog 1 minuut. Voeg het sausje en het vlees toe en breng aan de kook. Roerbak de noedels in een andere wok in 1 el olie 2 minuten en voeg 1 el lichte sojasaus toe en roerbak weer 1 minuten. Serveer het vlees/groente mengsel bovenop de noedels.