

Lunch



voor ± 2-3 personen



KELP NOEELS MET KOOLRABI, AVOCADO EN PARMEZAAN

1 middelgrote biologische koolrabi

1 handje verse koriander

150 gr biologische kelp noedels

1 handje pijnboompitten

1 biologische avocado

2 eetlepels biologische olijfolie

4 biologische cherrytomaten

50 gr geraspte Parmezaan

1 biologische citroen

vers gemalen chilivlokken

BEREIDING

Kook de noedels zoals aangegeven op de verpakking. Schil de koolrabi en snij deze eerst in dunne pakken en daarna in hele dunne stengels. Schil en snij daarna de avocado in stukjes en snij de tomaatjes in partjes. Knip of snij de koriander heel fijn. Snij tot slot de citroen door midden en snij één helft in plakjes. Doe de olijfolie in een wokpan en voeg de koolrabistengels toe en bak deze even kort aan. Voeg daarna de citroen, de koriander en de pijnboompitten toe. Roerbak kort en voeg als laatst de noedels en de partjes tomaat toe. Pak de andere helft van de citroen en knijp het sap over de noedels en maak het gerecht op smaak met wat vers gemalen chilivlokken. Schep de noedels op een bord en maak het af met wat geraspte Parmezaan en stukjes avocado.