



1A+1B

Vlees

Noodles met biefreepjes



Bereidingstijd
20 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Meng de olie met de sojasaus en knoflook en laat de biefstuk minimaal 15 minuten marineren. Kook ondertussen de noodles circa 10 minuten in een ruime hoeveelheid water. Roerbak de biefstuk met de snijboontjes en rode peper en voeg op het laatst een handje taugé toe. Giet de noodles af en meng met de biefstukreepjes en groenten.

Ingrediënten

- ☐ 1 zakje PS. food & lifestyle noodles
- ☐ 40-50 g biefstuk in reepjes
- ☐ 150 g snijboontjes in stukjes
- ☐ 1 handje taugé
- ☐ 1 teen knoflook geperst
- ☐ 1 el sojasaus
- ☐ ½ rode peper, zaadjes verwijderd en in ringetjes
- ☐ 1 el zonnebloemolie

Voedingswaarden per persoon

Energie	276 kcal
Koolhydraten	12 g
Vet	11 g
Eiwit	30 g