



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     |