1A+1B Vis

Noodles met garnalen en zoetzure komkommer

Bereidingstijd
30 minuten

Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

1. Bereid de noodles volgens de aanwijzingen op de verpakking. Rasp de komkommer in lange dunne slierten, hak de knoflook en rode peper fijn. Leg de slierten komkommer in een bakje en voeg de azijn, zoetstof en de helft van de rode peper toe. Laat minimaal 15 minuten marineren. Breng de garnalen op smaak met een halve eetlepel olijfolie, de knoflook, de overgebleven rode peper en het limoensap. Verhit de rest van de olijfolie in een pan en bak de garnalen gaar. Serveer met de noodles en zoetzure komkommer. Garneer met de verse munt.

Ingrediënten

- [ ] 1 zakje PS. food & lifestyle noodles
- [ ] 40-50 g garnalen
- [ ] 200 g komkommer
- [ ] ½ rode peper
- [ ] ½ teentje knoflook
- [ ] 1 tl limoensap
- [ ] 1 el azijn
- [ ] 1 tl zoetstof
- [ ] 1 ½ el olijfolie
- [ ] Peper en zout
- [ ] 1 takje verse munt

Voedingswaarden per persoon

Energie	**322 kcal**
Koolhydraten	**9 g**
Vet	**18 g**
Vezels	**5 g**
Eiwit	**28 g**