

Mie met broccoli en champignons

Ingrediënten

400 gr varkensfilet
500 gr broccoli
250 gr kastanje champignons
1 limoen
15 gr verse munt
250 gr mie
100 gr ongezouten cashewnoten
3 el rijstolie
3 el sojasaus



4 personen



30 min.

Bereidingswijze

1. Snijd de broccoli in kleine roosjes, schil de stronk en snijd ook in stukjes. Bereid de mie volgens de aanwijzingen op de verpakking.
2. Verhit een koekenpan zonder olie of boter en rooster de cashewnoten in 4 minuten op middelhoog vuur goudbruin. Neem uit de pan en laat afkoelen op een bord.
3. Kook de broccoli in 3 minuten beetgaar in een ruime pan water met zout. Afgieten en goed uit laten lekken. Halveer de champignons. Verhit de olie in een wok en bak de champignons 3 minuten op hoog vuur.
4. Snijd de varkensfilet in reepjes. Bak het vlees al roerbakkend bruin in een wok in rijstolie. Voeg de sojasaus, mie en broccoli toe en bak voorzichtig omscheppend 2 minuten mee. Snijd de munt fijn en de limoenen in partjes.

SERVEERTIP

Verdeel over diepe borden en bestrooi met de cashewnoten en munt. Leg er een partje limoen bij.