

Roerbakgerecht met rundvlees, tagliatelle en rucola

totale tijd **22 min.** 10 min. voorbereidingstijd 12 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):

2.010 kJ / 480 kcal

Vetten: **17 g** Eiwitten: **35 g**

Koolhydraten: **42 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

30 ml	plantaardige olie
300 g	ossenhaas, in dunne plakjes gesneden
120 g	champignons, gehalveerd
1	bol knoflook
10 ml	olijfolie
1 tl	geraspte gember
30 ml	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
200 g	tagliatelle
80 ml	<u>Kikkoman Mirin-Stijl Zoet Koken Kruiden</u>
120 ml	water
1 tl	aardappelzetmeel
Garnering:	
1 el	bieslook, fijngehakt
30 g	rucola
1 tl	zwarte sesamzaadjes

VOORBEREIDING

Stap 1

15 ml plantaardige olie - **300 g** dun gesneden ossenhaas

Verhit een wok, voeg de olie en het rundvlees toe en roerbak 2-3 minuten tot het bruin is. Haal uit de wok en zet apart.

Stap 2

15 ml plantaardige olie - **120 g** champignons, gehalveerd

Voeg nog wat olie toe aan dezelfde wok en bak de champignons 3-4 minuten tot ze goudbruin zijn.

Stap 3

1 bol knoflook - **10 ml** olijfolie - **1 tl** geraspte gember - **30 ml** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus

Snijd de bol knoflook doormidden, besprenkel met olijfolie en rooster 30 minuten op 180 °C. Voeg de geroosterde knoflook en gember toe aan de champignons en roer goed door. Doe het rundvlees terug in de wok, giet de Kikkoman Sojasaus erbij en verwarm op middelhoog vuur.

Stap 4

200 g tagliatelle - **80 ml** Kikkoman Mirin-Stijl Zoet Koken Kruiden - **120 ml** water - **1 tl**

aardappelzetmeel - **1 el** bieslook, fijngehakt - **30 g** rucola - **1 tl** zwarte sesamzaadjes

Kook de tagliatelle beetgaar. Meng de Kikkoman Mirin-Stijl Zoet Koken Kruiden, water en aardappelzetmeel tot een glad mengsel en voeg dit toe aan de wok uit stap 3. Roer krachtig en breng het geheel snel aan de kook tot de saus indikt.

Voeg de tagliatelle toe en roer 2 minuten tot alles

goed warm is. Garneer met de bieslook, rucola en zwarte sesamzaadjes.