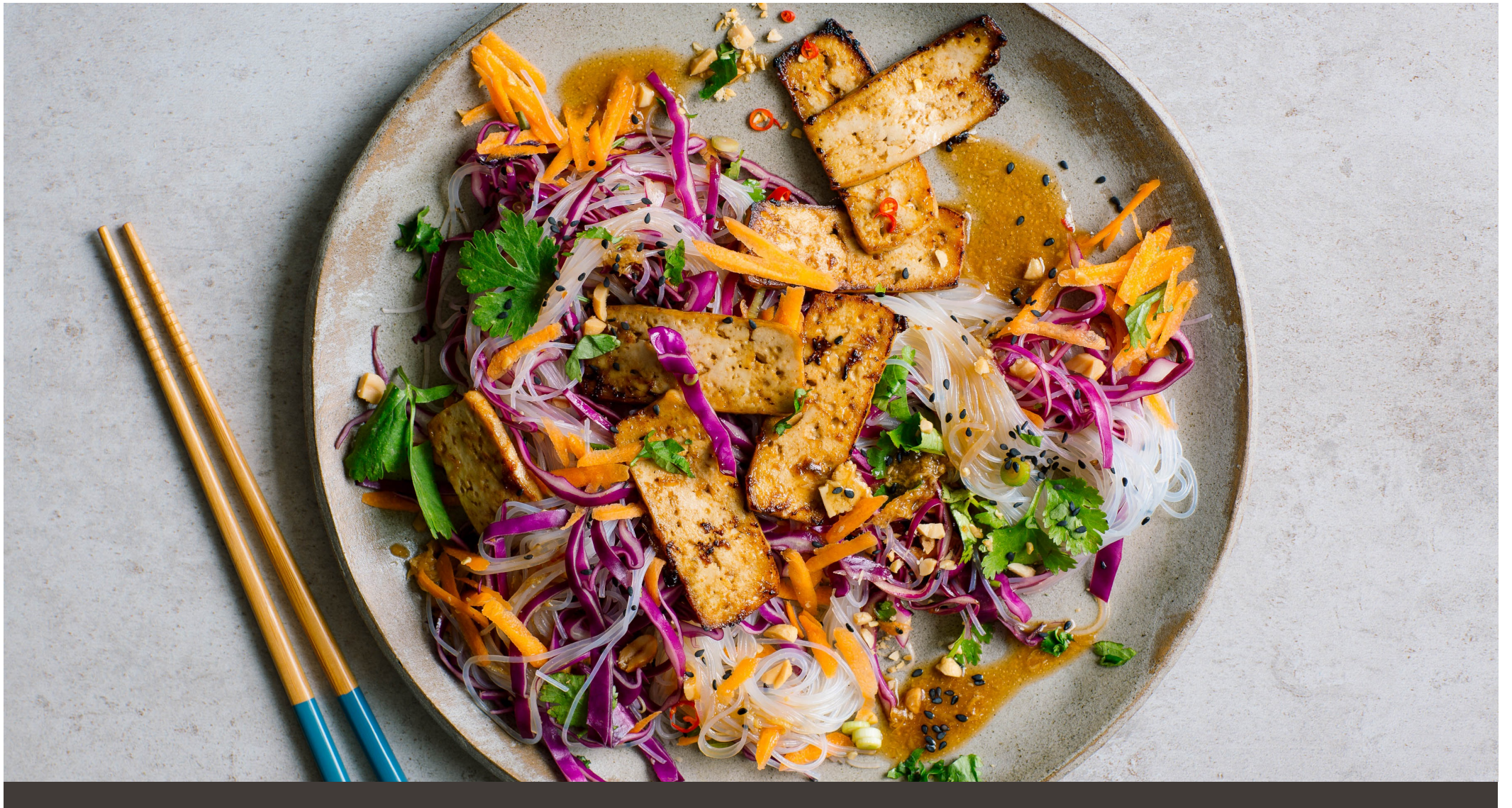


# MARLEY SPOON



## Vullende tofusalade

met noedels en gember-misodressing

 20-30min  Voor 3-4 personen

Neem je smaakpapillen mee op reis naar Zuid-Oost Azië! Deze vullende salade op basis van rijstnoedels is in menig Thais huishouden vaste prik. Geen wonder, want hij wordt gemaakt van kraakverse ingrediënten en de bijbehorende saus staat garant voor flink wat smaak. De Thai noemen de salade Yam Wun Sen, traditioneel wordt ze met vlees geserveerd. Wij gaan echter op de vegetarische toer met knapperige tofu.



## Wat je van ons krijgt

- 11
- 1,6
- 6
- 5
- 1,6

## Wat je thuis nodig hebt

- plantaardige olie
- zout

## Kookgerei

- dunschiller
- grote koekenpan
- keukenrasp
- middelgrote kookpan
- waterkoker
- zeef of vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

## Kooktip

Gember schil je het beste met een klein lepeltje, zo schil je niet te veel weg en kan je ook bij de kleine hoekjes.

## Allergenen

gluten (1), pinda's (5), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## Voedingswaarde per portie

calorieën 720kcal, vet 22.5g, koolhydraten 104.7g, eiwit 20.0g



### 1. Tofu marineren

Schil de **gember** en rasp fijn (**zie kooktip, links**). Roer de **teriyakisaus** met de **gember** en 1-2el water glad. Neem de **tofu** uit de verpakking, dep droog en snijd in 5mm dikke plakken. Doe de **tofuplakjes** in de kom met **marinade**, hussel om en zet opzij om te laten marineren.



### 4. Dressing maken

Meng intussen de **misopasta, rijstwijnazijn, zoete chilisaus** en de **sesam** in een kommetje met een flinke snuf zout en 1el plantaardige olie. Hak de **pinda's** fijn.



### 2. Groenten snijden

Neem de **rode koolreepjes** uit de verpakking. Schil evt. de **wortel** en snijd deze julienne, in smalle staafjes of rasp grof. Hak de **koriander** grof. Snijd de **bosuien** zonder stronk in smalle ringen. Hak de **chilipeper** fijn als je van pittig houdt.



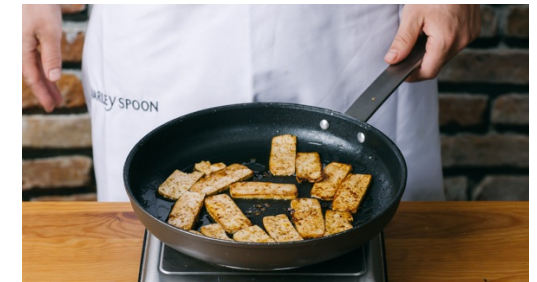
### 5. Salade maken

Meng de **rode koolreepjes, wortel** met de **noedels, pinda's, dressing, helft van de koriander** en **chilipeper** naar wens. Breng evt. verder op smaak met zout.



### 3. Noedels garen

Breng in een waterkoker 1-2L water aan de kook. Doe de **vermicelli** met een flinke snuf zout in een middelgrote kookpan, overgiet met het gekookte water totdat ze onderstaan en laat zo in 4-6min gaar wellen. Giet af, spoel de **vermicelli** onder de koude kraan en laat ze goed uitlekken.



### 6. Tofu bakken

Verhit tot slot 1-2el olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Bak de **tofu** met zo min mogelijk **marinade** in 3-4min goudbruin en knapperig. Giet in de laatste minuut de **rest van de marinade** erbij en bak mee. Serveer de **tofu** met de **salade** en bestrooi met de **rest van de koriander**.