



## Verrassende 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 en traditioneel wordt ze met vlees geserveerd. Wij gaan met knapperige tofu, wortel en kool op de vegetarische toer.

## Wat je van ons krijgt

- 1 stukje verse gember
- 2 zakjes teriyakisaus <sup>1,6</sup>
- 2x tofu <sup>6</sup>
- 1x rodekoolreepjes
- 2 wortels
- 10g verse koriander
- 1 bosui
- 1 verse chilipeper
- 200g noedels
- 1 zakje misopasta <sup>1,6</sup>
- 1 zakje zoete chilisaus
- 1 zakje zwarte sesam <sup>11</sup>
- 1 zakje gezouten pinda's <sup>5</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- plantaardige olie
- zout
- azijn

## Kookgerei

- dunschiller
- grote koekenpan
- keukenrasp
- 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 594kcal, vet 22.6g, koolhydraten 72.5g, eiwit 21.4g



1. Tofu marineren

Schil en rasp de **gember** fijn (zie **kooktip, links**). Meng de **teriyakisaus** met de **gember** en 1el water in een kommetje. Neem de **tofu** uit de verpakking, dep droog en snijd de **blokken** in de lengte in dunne plakken. Meng de **tofuplakjes** met de **marinade**, in een kom en zet opzij om te marineren.



4. Dressing maken

Meng de **misopasta** met de **zoete chilisaus, sesam**, 1-2el plantaardige olie, 1el azijn (het liefst rijstwijn- of witte wijn-) en een flinke snuf zout in een kommetje. Hak de **pinda's** fijn.



2. Groenten snijden

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook. Neem de **rodekoolreepjes** uit de verpakking. Schil evt. de **wortels** en rasp ze grof. Hak de **koriander** zonder de harde steeltjes grof. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Hak de **chilipeper** fijn (verwijder evt. de zaadlijsten als je niet van pittig houdt).



5. Salade maken

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



3. Noedels garen

Doe de **noedels** met 1/2tl zout in een hittebestendige kom of middelgrote kookpan en overgiet met het gekookte water tot ze onderstaan. Laat 2-3min wellen tot ze beetgaar zijn. Giet af in een zeef en spoel de **noedels** onder de koude kraan. Laat ze goed uitlekken.



6. Tofu bakken

Verhit 1-2el olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Bak de **tofu** met zo min mogelijk **marinade** in 3-5min goudbruin en knapperig. Schenk in de laatste minuut de **rest van de marinade** in de pan en bak totdat de **tofu** met een laagje **saus** bedekt is. Serveer de **noedelsalade** met de **tofu** bovenop en garneer met de **rest van de koriander**.