

MARLEY SPOON



Vietnamese hoisintofu

met lichte groente-noedelsalade



20-30min



2 personen

Als de zon vol schijnt, smachten we naar een lekker fris gerecht, zonder poespas en vol van smaak. En dus kunnen we het niet laten je dit gerecht met een stevige crunch voor te zetten. De komkommer, taugé, wortel en peperige Thaise basilicum laten je rauwe groenten opnieuw ontdekken. De sesam-limoendressing en lichtzoete, sticky tofublokjes maken deze zinderende Vietnamese salade af!

Wat je van ons krijgt

- 1 wortel
- 1 bosje radijsjes
- 1 bosui
- 1 minikomkommer
- 1x tofu ⁶
- 100g noedels
- 1 zakje hoisinsaus ^{1,6,11}
- 10g verse kruidenmix: Thaise basilicum & koriander
- 1 zakje gezouten pinda's ⁵
- 1 limoen
- 1 zakje rijstwijnazijn
- 1 sachet sesamololie ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- honing of suiker

Kookgerei

- grote koekenpan
- waterkoker
- zeef
- keukenrasp

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 663kcal, vet 32.1g, koolhydraten 68.4g, eiwit 20.4g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng water in een waterkoker aan de kook voor stap 2. Boen de **wortel** schoon en rasp hem grof. Verwijder de groene blaadjes en snijd de **radijsjes** in dunne plakjes. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Snijd de **minikomkommer** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Dep de **tofu** goed droog en snijd in blokjes.



4. Toppings voorbereiden

Hak de **Thaise basilicum** en **koriander** zonder hardere steeltjes grof. Hak de **pinda's** grof. Rasp de **limoenschil** fijn. Halveer de **limoen**, pers **een limoenhelft** uit en snijd de **andere helft** in partjes.



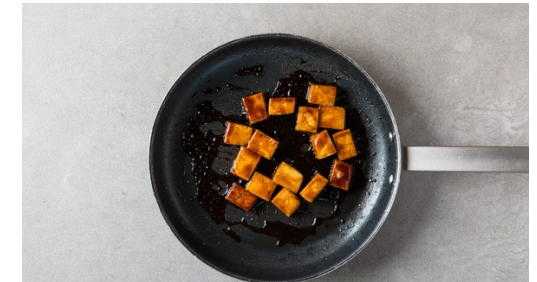
2. Noedels wellen

Doe de **noedels** met 1/2tl zout in een hittebestendige kom of kookpan. Schenk het gekookte water erover laat de **noedels** 3-4min wellen totdat ze beetbaar zijn. Giet af in een zeef en spoel om met koud water. Zet de **noedels** opzij.



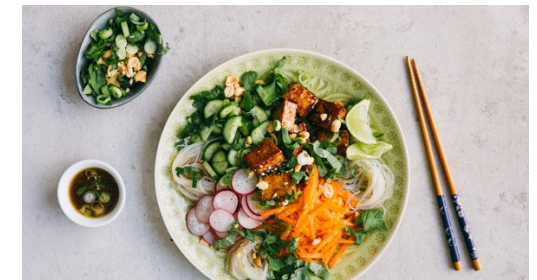
5. Dressing maken

Meng de **rijstwijnazijn** met **sesamololie**, **1tl limoenrasp**, **1-2el limoensap**, 1/3tl zout, 1tl suiker, 1el plantaardige olie en 1-2el water. Roer tot de suiker is opgelost en breng de **dressing** op smaak met peper en zout.



3. Tofu bakken

Verhit 1el plantaardige olie in een grote koekenpan en bak de **tofu** ca. 5min, roer af en toe zodat de **blokjes** rondom mooi bruin en knapperig worden. Roer de **hoisinsaus** met 2-3el water los en voeg dit aan de pan toe. Roerbak nog 1-2min tot de **sous** stroperig is en de **tofu** mooi omhult. Breng op smaak met peper en zout en zet het vuur uit.



6. Salade samenstellen

Schep de **noedels** op en verdeel er de **wortelrasp**, **bosui**, **komkommer** en **radijsjes** in groepjes over. Leg de **tofublokjes** bovenop en besprenkel de **salade** met de **dressing**. Bestrooi met de **pinda's** en **kruiden**. Geef de **limoenpartjes** erbij om erover uit te knijpen.