



Sobanoedels met gebakken tofu, homemade satésaus en sperziebonen

 30-40min  2 personen

Niets gaat boven een steengoede, romige satésaus. In Nederland gaan we vaak voor pindakaas en kokos- of gewone melk, maar de Indische keuken bereidt de saus geheel volgens traditie met gehakte pinda's. Wij geven deze smakelijke saus een Marley Spoon-twist door tahin toe te voegen. Je serveert krokant gebakken tofu, babymais, sperziebonen en sobanoedels met een royale hoeveelheid van deze zalige...

Wat je van ons krijgt

- sperziebonen
- baby maïskolven
- teen knoflook
- sobanoedels ¹
- tahin ¹¹
- ongezouten pinda's ⁵
- tofu ⁶
- verse gember
- sojasaus ^{1,6}

Wat je thuis nodig hebt

- plantaardige olie
- zout
- zwarte peper

Kookgerei

- koekenpan
- kookpan
- maatbeker
- staafmixer
- vergiet

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

Kooktip

Je gaat in de pan ook de sobanoedels koken, dus gebruik de grootste pan die je hebt. Zodra het water begint te schuimen, kun je het vuur iets lager zetten om overkoken te voorkomen.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 910kcal, vet 43.2g, koolhydraten 92.8g, eiwit 34.6g



1. Groenten blancheren

Grote kookpan met gezouten water aan de kook brengen (**zie kooktip, links**). Snijd intussen de puntjes van de **sperziebonen**. Zodra het water kookt, **sperziebonen** met de **babymaïs** toevoegen en 3min blancheren. Giet af en spoel **groenten** koud onder de kraan.



4. Satésaus maken

Intussen handje **pinda's** ter garnering opzij zetten. **Tahin**, **overige pinda's**, **rest van de sojasaus** en 100ml zojuist gekookt water toevoegen. Met een staafmixer tot een gladde **saus** pureren. Voeg eventueel meer water toe om de gewenste dikte te krijgen. Proef en breng op smaak met zout en peper.



2. Smaakmakers snijden

Vul de grote kookpan opnieuw met water en zout en breng aan de kook. **Gember** schillen, **knoflook** pellen en beiden fijnhakken. Neem de **tofu** uit de verpakking, snijd in ca. 1-2cm dikke plakken en dan in blokjes. Op keukenpapier uit laten lekken. Waterkoker met water aan de kook brengen.



5. Noedels koken

Zodra het water kookt, **sobanoedels** aan de grote kookpan toevoegen en in 4min beetgaar koken. Giet de noedels af. Verwarm in de tussentijd de **sperziebonen** en **babymaïs** in de pan met de **tofu**.



3. Tofu bakken

Verhit 1-2 el olie in een grote koekenpan of wok. Voeg de **knoflook** en **gember** toe en bak 1-2min tot deze geuren (pas wel op dat de **knoflook** niet verbrandt). Voeg de **tofu** toe en bak in ca. 5min rondom goudbruin en knapperig. Voeg **1el sojasaus** toe. Vuur laag zetten om warm te houden.



6. Noedels serveren

Verdeel de **noedels** over de borden en verdeel **tofu**, **sperziebonen** en **babymaïs** erover. Giet een beetje **satésaus** erover en bestrooi met de **achtergehouden pinda's**. Geef de **rest van de satésaus** erbij.