



Frisse salade Gado Gado stijl

met tempeh en pinda-ketjapdressing



20-30min



2 personen

Gado gado is een Indische salade van geblancheerde, gestoomde of gekookte groenten met een rijke pindadressing. Eigenlijk hoort er een gekookt eitje bij, maar vandaag maak je jouw Gado Gado-salade helemaal plantaardig. Je serveert jouw bordje namelijk met krokant gebakken tempeh van lupine. De ketjap geeft een zoetje en de laoswortel geeft die échte Indische smaak. Dat een dag zonder vlees zo lekker kan zijn!

Wat je van ons krijgt

- mini-komkommer
- tempeh van Bumi Organics ¹³
- sperziebonen
- taugé
- pindakaas ⁵
- wortel
- bosui
- kokosvlokken
- sambal oelek
- verse laos
- ketjap manis ⁶

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker

Kookgerei

- grote koekenpan of wok
- keukenrasp
- kleine kookpan met deksel
- waterkoker
- zeef

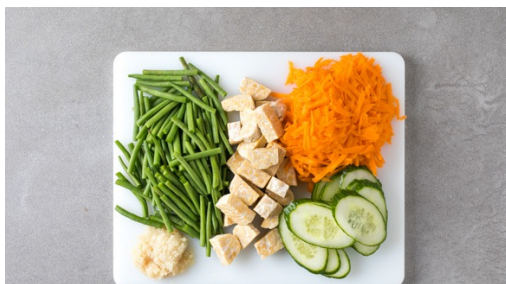
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

pinda's (5), soja (6), lupine (13). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

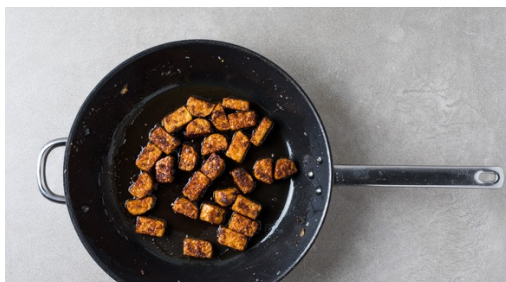
Voedingswaarde per portie

calorieën 605kcal, vet 36.4g, koolhydraten 30.0g, eiwit 31.3g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook voor de **taugé**, **sperziebonen** en **dressing**. Dop de **sperziebonen** en halveer ze. Snijd de **tempeh** horizontaal in 4 lange plakken en vervolgens in 1cm brede reepjes. Schrob en rasp de **wortel** grof. Snijd de **mini-komkommer** schuin in dunne plakjes. Rasp de **laoswortel** fijn, tot je **1-2tl rasp** hebt.



4. Tempeh bakken

Verhit ondertussen 2el plantaardige olie in de gebruikte koekenpan op middelhoog-vuur en bak de **tempehreepjes** in 7-9min goudbruin en knapperig. Voeg dan de **gerasppte laoswortel** en de **helft van de ketjap manis** toe. Roerbak nog 1min. Proef en breng op smaak met peper en zout.



2. Kokos roosteren

Verhit een grote, droge koekenpan op middelhoog vuur en rooster de **kokosvlokken** in 2-3min goudbruin. Let op, de **vlokken** kunnen snel verbranden dus roer goed door of schud de pan af en toe. Neem de **vlokken** uit de pan en zet apart.



5. Pindadressing maken

Klop met een vork of garde een **dressing** van de **pindakaas**, de **rest van de ketjap manis**, 1tl suiker, 4-6el gekookt water, 2el azijn, **1/2-1tl sambal** (of **meer** als je van pittig houdt), 1/4tl zout en peper naar smaak. De **dressing** moet een beetje zoet-zuur zijn; breng evt. verder op smaak met meer zout, peper en/of suiker.



3. Taugé blancheren

Doe de **taugé** in een kom en overgiet met zojuist gekookt water tot ze onderstaat. Laat 1-2min staan. Giet af en laat uitlekken in een zeef. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Doe de **sperziebonen** met 1/4tl zout in een kleine kookpan en voeg gekookt water toe tot ze 2-3cm onderstaan. Breng afgedekt aan de kook. Kook in 6-10min beetgaar en giet af.



6. Salade serveren

Verdeel de **wortelrasp**, **komkommerplakjes**, **taugé**, **sperziebonen** en **tempeh** in groepjes op elk bord. Besprenkel met de **pindadressing** en bestrooi met de **bosui** en **kokosvlokken**. Serveer evt. met **meer sambal** naar smaak.