



Kleurrijke tofusalade

met noedels en soja-gemberdressing

 20-30min  2 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 'ie met vlees geserveerd. Wij gaan met knapperige tofu, wortel en kool op de vegetarische toer.

Wat je van ons krijgt

- 1x tofu ⁶
- 1 zakje teriyakisaus ^{1,6}
- 1 wortel
- 10g verse koriander
- 1 bosui
- 1 verse chilipeper
- 100g noedels
- 2 zakjes sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje zoete chilisaus
- 1 zakje zwarte sesam ¹¹
- 1 zakje pinda's ⁵
- 1 rode kool

Wat je thuis nodig hebt

- plantaardige olie
- peper en zout
- azijn

Kookgerei

- waterkoker
- zeef
- grote koekenpan
- keukenrasp

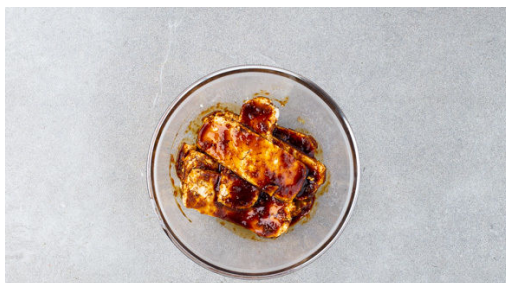
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 648 kcal, vet 25.2g, koolhydraten 77.3g, eiwit 23.4g



1. Tofu marineren

Dep de **tofu** droog en snijd hem in de lengte in dunne plakken. Wrijf de **tofu** in met de **teriyakisaus** en zet opzij.



2. Groenten snijden

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



3. Noedels garen

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



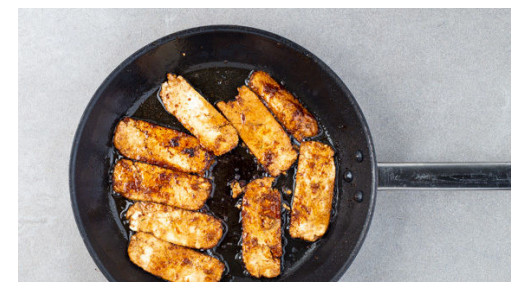
4. Dressing maken

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



5. Salade maken

Snijd ca. de **helft van de kool** in heel dunne reepjes. Meng ze met de **wortel**, **bosui**, **noedels**, **pinda's**, **dressing**, de **helft van de koriander** en **chilipeper** naar wens. Breng evt. verder op smaak met zout. Bewaar de **ongesneden kool** voor een ander recept.



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** over de **tofu** en keer om en om, zodat-ie met een laagje **sous** bedekt is. Serveer de **salade** met de **tofu** bovenop en garneer met de **rest van de koriander**.