

MARLEY SPOON



Sticky sambaltofu op sobanoedelsalade met peultjes



ca. 25min



2 personen

Toen chef Martina dit hoogstandje uit de keuken toverde, hebben we onze borden nog net niet schoongelikt. Want wat smaakte die sticky zoet-pittige tofu goed! De frisse sobanoedelsalade fungeert als de perfecte tegenhanger en het geheel ziet er ook nog eens prachtig uit. Kers op de taart: hij is snel én lekker gezond.

Wat je van ons krijgt

- 1x tofu ⁶
- 1 minikomkommer
- 1 bosui
- 1x peultjes
- 300g sobanoedels ¹
- 1 kuipje ahornsiroop
- 1 zakje sambal oelek
- 1 stukje verse gember
- 1 zakje sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje zwarte sesam ¹¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn
- suiker

Kookgerei

- waterkoker
- vergiet
- grote koekenpan of wok
- middelgrote kookpan

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 738kcal, vet 22.5g, koolhydraten 99.3g, eiwit 33.2g



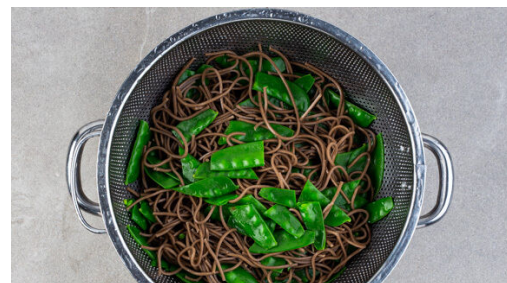
1. Tofu en groenten snijden

Kook ruim water in een waterkoker. Snijd de **tofu** in blokjes. Snijd de **minikomkommer** in de lengte in vieren en dan in plakjes. Snijd het **wit** en het **groen van de bosui** apart van elkaar in schuine ringen. Snijd de **peultjes** doormidden.



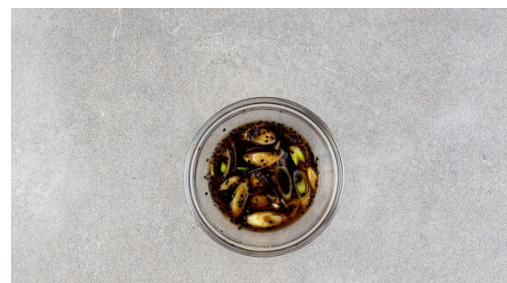
4. Tofu afmaken

Meng de **ahornsiroop** met **1el sambal** (of meer als je van pittig houdt). Voeg het **sambalmengsel** aan de pan toe en roerbak ca. 1 min, tot de **tofu** een kleverig laagje heeft.



2. Sobanoedels koken

Doe het gekookte water met 1/4tl zout in een middelgrote kookpan en breng opnieuw aan de kook. Voeg **2/3e van de sobanoedels** toe (of meer bij grote trek) en kook 2min. Voeg de **peultjes** toe en kook nog eens 2-3min. Giet af in een vergiet en spoel om met koud water, zo blijven de **peultjes** mooi groen. Laat uitlekken tot stap 6.



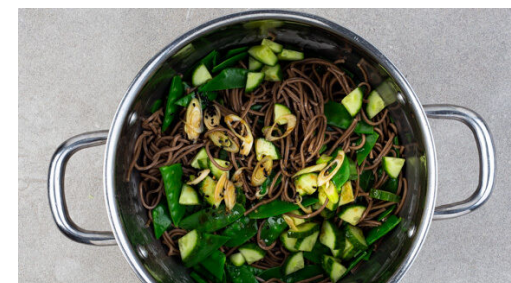
5. Dressing maken

Schil en hak of rasp ca. **2/3e van de gember** fijn. Meng de **sojasaus** met de **gehakte gember**, 1el azijn, 1tl suiker, het **wit van de bosui** en de **helft van de sesam**.



3. Tofu frituren

Verhit een grote koekenpan met 2el olie op middelhoog-hoog vuur. Voeg de **tofu** met 1/4tl zout toe en bak 8-10min, tot de blokjes bruin worden. Schep af en toe om.



6. Salade mengen

Meng de **noedels** en **peultjes** met de **komkommer** en **dressing**. Breng de **salade** op smaak met peper en evt. meer zout. Serveer met de **tofu** bovenop en garneer met de **rest van de bosui** en de **sesam**.