

DINNERLY



Singaporese gladnoedels met tofu roergebakken met paprika en tatsoi



ca. 20min



2 personen

Singapore staat bekend om een enorme diversiteit aan cuisines. Het landje ligt op een kruispunt van Aziatische culturen en we weten allemaal dat veel uitwisseling veel smaken en innovaties oplevert. Vandaag vieren we de diversiteit van Singapore met een noedelgerecht dat madras curry combineert met sojasaus, paprika en knapperige tatsoi. Alles komt overal vandaan en gaat perfect samen – helemaal Singapore, helemaal Dinnerly.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 100g glasnoedels
- 1x blokjes tofu ⁶
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 1 stukje verse gember
- 1 rode paprika
- 1x tatsoi
- 1 zakje curry-madraskruiden

10

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 2 tenen knoflook
- 1tl bloem ¹
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- kleine kookpan
- 2 grote wokken of koekenpannen
- zeef

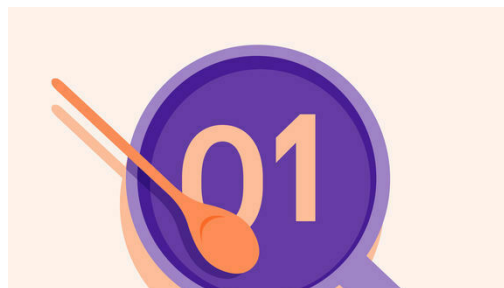
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

ALLERGENEN

gluten (1), soja (6), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

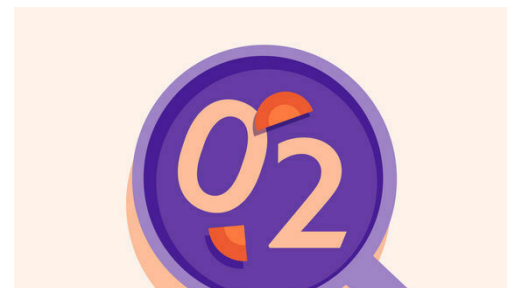
VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 445kcal, vet 18.6g, koolhydraten 58.6g, eiwit 10.3g



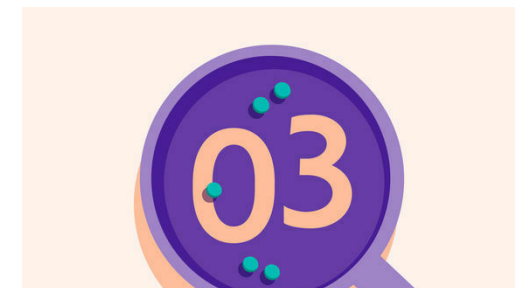
1. Tofu bakken

Breng ruim gezouten water voor de **noedels** aan de kook in een kleine kookpan. Meng de **tofublokjes** met 1tl bloem en de **helft van de sojasaus**. Verhit een grote wok of koekenpan met 1el plantaardige olie en bak de **tofu** 4-6min op medium tot hoog vuur tot ie rondom knapperig en bruin is. Schep uit de pan en zet opzij.



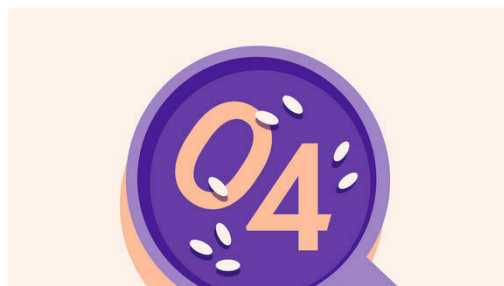
2. Noedels garen

Voeg de **noedels** toe aan het kokende water en haal de pan direct van het vuur. Laat de **noedels** 3-5min garen. Spoel ze in een zeef af met koud water en laat uitlekken. Pel en snij 2 tenen knoflook fijn. Schil de **helft van de gember** (of meer naar smaak) en snij deze ook fijn. Verwijder de zaadlijsten van de **paprika** en snij het vruchtvlees in dunne reepjes.



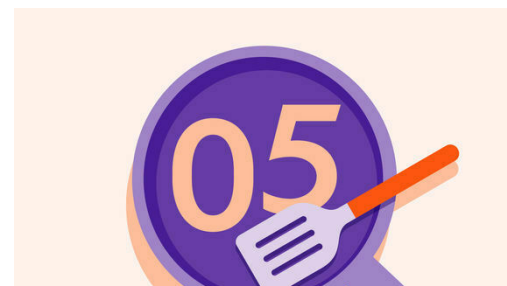
3. Groenten roerbakken

Verhit opnieuw de wok of pan met 1el plantaardige olie. Fruit de **gember** en knoflook ca. 1min op medium tot hoog vuur. Voeg de **paprika** toe en bak 3-4min mee. Doe dan de **tatsoi** erbij met een flinke snuf zout en bak nog eens 3-4min, tot de **groente** zacht wordt.



4. Noedels op smaak brengen

Verhit een tweede grote wok of koekenpan met 1el plantaardige olie. Bak **1el currypoeder** ca. 30sec op middelhoog vuur, tot het bruin wordt en veel aroma's afgeeft. Voeg de **noedels**, de **rest van de sojasaus**, 1el witte azijn en 1tl suiker toe. Roerbak de **noedels** 4-5min tot ze helemaal bedekt zijn met de **sous**. Voeg nog wat olie toe als ze te droog lijken.



5. Afmaken en serveren

Schep de **groenten** door de **noedels** en proef of je peper en zout wil toevoegen. Verdeel het **Singapore-mengsel** en de **tofu** over de borden en serveer.



6. Altijd meer crunch

Wil je naast de knapperige groenten wat andere crunch aan dit gerecht toe voegen? Verhit dan een droge kleine koekenpan op middelhoog vuur en rooster een handje ongezoute pinda's 2-4min. Strooi ze bij het serveren over de borden.