



Vietnamese hoisintofu

met noedelsalade en shiitake



ca. 25min



2 personen

Ja, wat moeten we hier nog over zeggen? Glasnoedels met knapperige verse groenten, shiitake, hoisin tofublokjes, verse kruiden en een fijne dressing van sesamolie en limoen. En een paar pinda's bovenop voor een knapperige finish. Ga 'm maar gewoon proeven.

Wat je van ons krijgt

- 1 wortel
- 100g shiitake
- 1 bosui
- 1 minikomkommer
- 1 blok tofu ⁶
- 100g glasnoedels
- 10g verse koriander
- 50g gezouten pinda's ⁵
- 1 limoen
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 1 zakje sesamolie ¹¹
- 50ml hoisinsaus ^{1,6,11}

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- kleine kookpan
- 2 middelgrote koekenpannen
- keukenrasp
- zeef of vergiet

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 825kcal, vet 45.0g, koolhydraten 77.8g, eiwit 23.7g



1. Ingrediënten voorbereiden

Schil of schrob de **wortel** en rasp 'm grof. Snijd de **shiitake** in plakjes en de **bosui** in schuine ringen. Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Dep de **tofu** droog en snijd in blokjes.



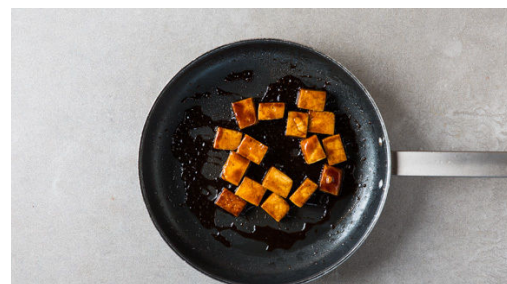
4. Noedels garen

Voeg de **noedels** aan het kokende water toe en neem de pan van het vuur. Laat 3-5min zo staan. Giet af in een zeef en spoel de **noedels** om met koud water. Knip de **noedels** evt. 1-2 keer door en hussel ze dan om met de **helft van de dressing**.



2. Toppings voorbereiden

Breng voldoende gezouten water aan de kook in een kleine kookpan voor de **noedels**. Hak de **koriander incl. steeltjes** en de **pinda's** grof. Rasp de **limoenschil** fijn. Snijd **1 limoenhelft** in partjes en pers de **andere helft** uit.



5. Tofu bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **tofu** in ca. 5min rondom goudbruin en knapperig. Voeg de **hoisinsaus** en 2-3el water toe en roerbak nog 1-2min, tot de **sous** wat ingedikt is. Proef of je nog zout en peper wil toevoegen en neem de pan van het vuur.



3. Dressing maken

Meng het **limoensap** met **1tl limoenrasp**, **1el sojasaus**, de **sesamolie**, 1el olie, 3el lichte azijn, 1-2el water en 1el suiker. Roer tot de suiker is opgelost en breng de **dressing** op smaak met peper en zout.



6. Shiitake bakken

Verhit een 2e middelgrote koekenpan op hoog vuur met 1el olie en bak de **shiitake** 2-3min. Blus af met de **rest van de sojasaus** en breng op smaak met een snufje peper. Serveer de **noedels** met de **groenten**, **tofu** en **bosui** bovenop. Besprenkel met de **dressing** en bestrooi met de **pinda's** en **koriander**. Geef de **limoenpartjes** erbij om erover uit te knippen.