



Veggie bánh mì met tofu

en geroosterde pastinaak en slaw



30-40min



2 personen

Menig Vietnamese bakker is trots op zijn interpretatie van een souvenir uit de Franse koloniale overheersing: de Bánh mì, een rijkelijk met vlees belegd stokbroodje. Vandaag creëer je je eigen veggievariant met tofu waarbij je geroosterde pastinaak en frizure komkommerpickle serveert. Vanaf nu kunnen we dus zeggen dat ook Marley Spoon een eigen Bánh mì-interpretatie heeft!

Wat je van ons krijgt

- Zaanse mayonaise ^{3,10}
- baguettes ¹
- kruidenmix vers, koriander 10g, munt 10g
- pastinaak
- verse groentemix rodekool, wortel & bosui
- sojasaus ^{1,6}
- misopasta ^{1,6}
- tofu ⁶
- verse gember
- srirachasaus

Wat je thuis nodig hebt

- azijn
- peper en zout
- plantaardige olie
- suiker

Kookgerei

- bakplaat met bakpapier
- fijne keukenrasp
- koekenpan
- kookpan
- maatbeker
- oven
- zeef

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

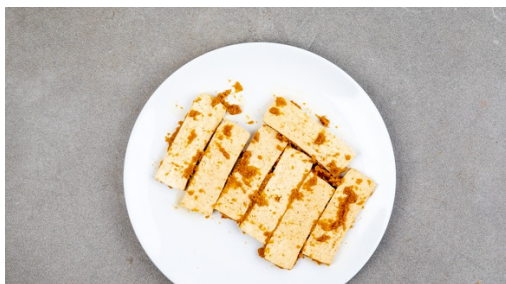
Kooktip

Houd je niet van pittig of eten er kinderen mee? Gebruik dan minder srirachasaus of houd het apart om over de bánh mì te sprenkelen.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), mosterd (10). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie



1. Tofu marineren

Verwarm de oven voor op 220°C. Neem de **tofu** uit de verpakking en dep droog. Snijd de **tofu** in de lengte in 1cm dikke plakken en leg deze op een bord of in een grote schaal. Schil en rasp de **helft van de gember** fijn. Hussel de **tofu** om met **gerasppte gember**, **1-2el sojasaus** en een snuf peper en zet opzij om te marineren.



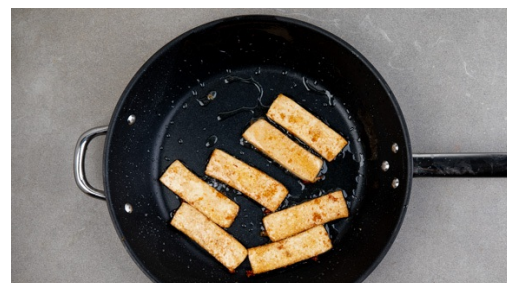
4. Kruiden snijden

Hak de **koriander** zonder harde steeltjes grof. Pluk de **muntblaadjes**, hak ze fijn en doe de steeltjes weg. Meng de **mayonaise** met **srirachasaus** naar smaak (**zie kooktip, links**).



2. Groenten roosteren

Schil evt. de **pastinaak** en snijd hem in 1cm dikke, lange staafjes. Meng de **misopasta** met 1-2el water, 2el plantaardige olie, **2tl sojasaus** en peper. Meng de **pastinaak** in een grote kom met de **misosaus**. Leg de **pastinaak** in een enkele laag op een bakplaat met bakpapier. Bak in 15-20min gaar en goudbruin in de oven.



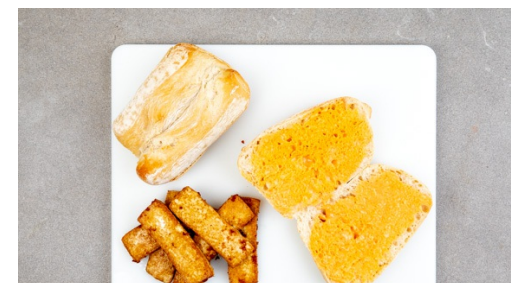
5. Tofu bakken

Verhit 1el olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Haal de **tofu** uit de **marinade**, laat **overtollige marinade** eraf druppelen. Bak de **tofuplakken** aan één kant in 2-3min knapperig en goudbruin, beweeg de **tofu** niet. Keer de **tofuplakken** om en bak 2-3min op de andere kant.



3. Pickle maken

Leg de **baguettes** op een 2e bakplaat met bakpapier en bak ze in 8-10min af in de oven. Laat ze afkoelen. Breng in een kleine kookpan 3el azijn, 50ml water, 1el suiker en 1tl zout aan de kook en roer door. Doe de **groentemix** in een kommetje en giet het **picklewater** erover. Roer door en zet opzij.



6. Bánh mì samenstellen

Giet de **groentepickle** af. Snijd de **baguettes** open en besmeer ze met **srirachamayo**. Beleg de broodjes met **tofu** en **groentepickle**. Bestrooi met **verse kruiden** naar wens. Klap de **broodjes** dicht. Meng de **overgebleven groentepickle** met de **rest van de kruiden**. Serveer de **bánh mì** met de **pastinaakfrietjes**, **rest van de srirachamayo** en **slaw**.