



Pittige taco's met tofu en zoete aardappel

en paprikasalsa met koriander



ca. 40min



2 personen

Deze vegan taco's zijn het perfecte comfortfood. De tofu gaart in een pittige tomatensaus van knoflook, chipotle, sojasaus en koriander. De zoete aardappels worden gecombineerd met een zelfgemaakte, verfrissende salsa. Neem een hap, en ontspannen maar!

Wat je van ons krijgt

- 1 zakje chipotle-chilivlokken
- 1 zoete aardappel
- 1 rode ui
- 1 zakje Mexicaanse kruidenmix
- 1 blok biologische tofu ⁶
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 10g verse koriander
- 1 teen knoflook
- 200g tomatenpassata
- 1 paprika
- 1x kleine tortilla's ¹

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- oven
- bakplaat met bakpapier
- middelgrote kookpan met deksel
- keukenrasp
- zeef

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 822kcal, vet 34.9g, koolhydraten 99.5g, eiwit 23.3g



1. Ingrediënten voorbereiden

Verwarm de oven voor op 240°C (220°C hetelucht). Week de **helft van de chipotle-chilivlokken** in heet water. **Tip:** gebruik evt. minder **chipotle** als je het minder pittig wilt. Snijd de **zoete aardappel incl. schil** in blokjes. Halveer, pel en hak de **ui** fijn.



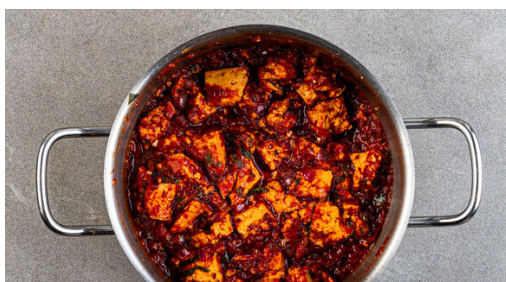
2. Zoete aardappel bakken

Leg de **zoete aardappel** op een bakplaat met bakpapier en hussel om met 1 el plantaardige olie, de **helft van de kruidenmix** en een snuf peper en zout. Bak de **zoete aardappel** 22-26min in de oven. Schep halverwege de baktijd een keer om.



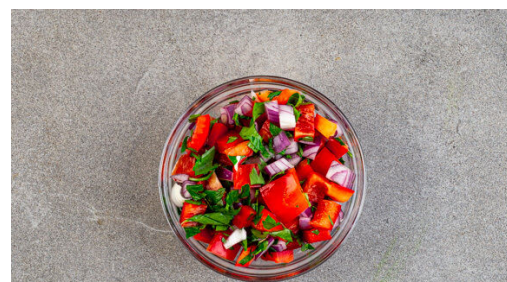
3. Tofu bakken

Verkruimel de **tofu** in hapklare stukken en meng met de **helft van de sojasaus** en de **rest van de kruidenmix**. Verhit een middelgrote kookpan met 1 el plantaardige olie op middelhoog vuur. Voeg de **tofu** en **2/3 van de ui** toe aan de hete olie en bak ca. 5min, tot de **ui** zacht en licht gebruind is. Roer regelmatig.



4. Tofu afmaken

Hak de **koriander incl. steeltjes** grof. Pel en rasp de **knoflook** fijn. Giet de **chipotle-chilivlokken** af en voeg met de **knoflook** toe aan de pan en bak ca. 1min mee. Blus af met de **tomatenpassata**, 1tl azijn en de **rest van de sojasaus**. Voeg de **helft van de koriander** en een snuf suiker toe. Breng aan de kook, leg een deksel op de pan en laat op laag vuur ca. 5min sudderen.



5. Salsa maken

Verwijder de kern en snijd de **paprika** in blokjes. Meng de **paprikablokjes** met de **rest van de ui**, 1el azijn en de **rest van de koriander**. Breng op smaak met zout.



6. Tortilla's opwarmen

Neem de **zoete aardappel** uit de oven en verwarm de **tortilla's** ca. 30s in de oven. Vul de **tortilla's** met de **chipotle-tofu**, de **zoete aardappel** en de **salsa**.