



Supersnel V2: Gao bao-broodjes met tofu

en coleslaw met appel en pinda's



ca. 20min



2 personen

Vandaag draait alles om de juiste combinatie: luchtige gao bao-broodjes met verse coleslaw. Je glaceert de tofu voor de bao-vulling in een onweerstaanbare mix van ahornsiroop en sojasaus en je bestrijkt de broodjes met een romige srirachadip. Erbij een frizure salade van appel, limoen en bleekselderij. Veganistisch, snel klaar en heerlijk!

Wat je van ons krijgt

- 2x gao bao-broodjes ¹
- 1 onbehandelde limoen
- 1 groene appel
- 1 stengel bleekselderij ⁹
- 200g wittekoolreepjes
- 1 kuipje ahornsiroop
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 1 blok gemarineerde bio-tofu ⁶
- 1 zakje sriracha
- 50g gezouten pinda's ⁵

Wat je thuis nodig hebt

- 2el vegan mayonaise
- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- grote kookpan met stoominzet en deksel
- bakpapier
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp

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

Kooktip

Je kunt ook gewone mayonaise gebruiken als het niet veganistisch hoeft te zijn.

Allergenen

gluten (1), pinda's (5), soja (6), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

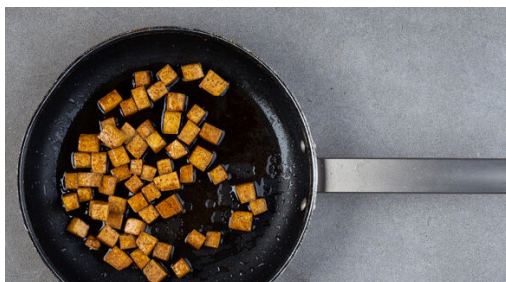
calorieën 1179kcal, vet 51.0g, koolhydraten 139.1g, eiwit 33.4g



1. Broodjes stomen

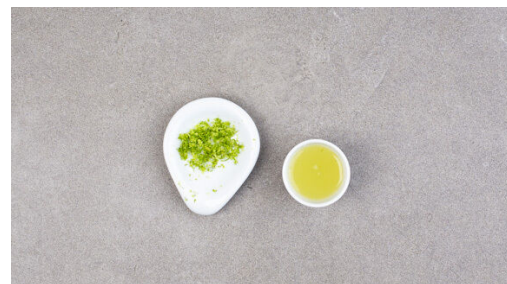
Vul een grote kookpan tot onder de stoominzet met water en breng aan de kook.

Tip: in plaats van een stoominzet kun je ook een passende zeef gebruiken. Bekleed de stoominzet met bakpapier en leg de **gao bao-broodjes** erbovenop. Doe een deksel op de pan en laat ca. 7min stomen tot de **broodjes** zacht en luchtig zijn. Stoom ze evt. in twee porties. **Pas op:** de damp is heet!



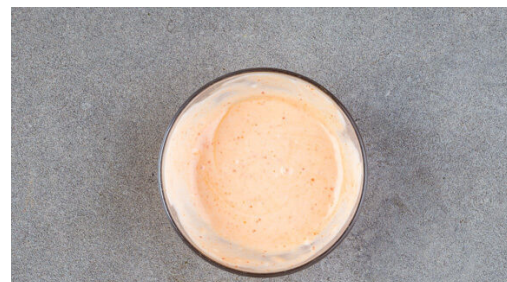
4. Tofu glaceren

Meng de **ahornsiroop** met de **sojasaus** en 4tl azijn. Verhit een middelgrote koekenpan met 1el plantaardige olie op hoog vuur. Snijd de **tofu** in blokjes, voeg toe aan de pan en bak in ca. 5min rondom goudbruin. Zet het vuur middellaag, voeg de **sous** toe en laat 1-2min inkoken tot hij dik en kleverig is. Breng op smaak met peper.



2. Limoen voorbereiden

Rasp de **limoenschil** fijn en pers 'm uit.



5. Srirachadip maken

Meng de **sriracha** met 2el vegan mayonaise.



3. Coleslaw maken

Snijd de **appel** in vieren, verwijder het klokhuis en snijd in blokjes van ca. 0,5cm. Snijd de **bleekselderij** in dunne plakjes. Meng het **limoensap** met 1el plantaardige olie, 1el witte azijn, 1½tl suiker en ½tl zout tot beide zijn opgelost. Hussel de **wittekoolreepjes** om met de **dressing** en kneed goed door. Meng tot slot de **appel**, **bleekselderij** en **limoenrasp** erdoor.



6. Broodjes vullen

Bestrijk de binnenkant van de **broodjes** met de **srirachadip** en vul ze naar wens met de **coleslaw**, **tofu** en **pinda's**. Bestrooi de **rest van de coleslaw** met de **pinda's** en serveer met de **gao bao-broodjes**.