

DINNERLY



Bao-broodjes met hoisintofu met een salade van witte kool en peer



ca. 20min



2 personen

Bao-broodjes kun je met van alles vullen en ze zijn altijd lekker! Vandaag bak je tofu goudbruin en wentel je dat door hoisin en een rijke gembersaus. Maak er een snelle, knapperige salade van witte kool en peer bij, en je hebt heerlijke broodjes om snel op te smikkelen.

WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 200g wittekoolreepjes
- 1 peer
- 4 gao bao-broodjes¹
- 1 blok biologische tofu³
- 50ml hoisinsaus^{1,2,3}
- 100ml gemberwoksaus^{1,2,3,4}

WAT JE THUIS NODIG HEBT

- zout
- plantaardige olie
- azijn

KOOKGEREI

- middelgrote kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- zeef of stoominzet
- bakpapier

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

KOOKTIP

Leg de salade voor het serveren in een zeef of vergiet en druk met een spatel of grote lepel zo veel mogelijk vocht eruit – anders zijn je broodjes direct doordrenkt.

ALLERGENEN

Gluten (1), Sesamzaad (2), Soja (3), Zwaveldioxide en Sulfieten (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 702kcal, vet 25.6g, koolhydraten 89.2g, eiwit 21.6g



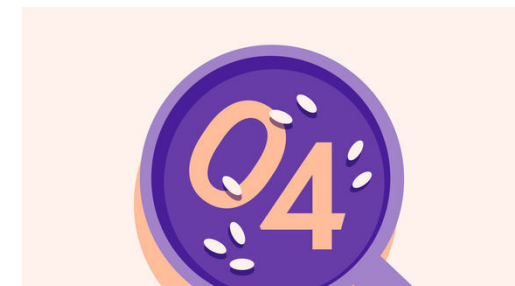
1. Stomen voorbereiden

Breng ruim water aan de kook in een middelgrote kookpan waar je een stoominzet of een passende metalen zeef voor hebt – zorg dat het water de stoominzet of zeef niet raakt. Gebruik evt. een grote kookpan als je daar een stoominzet voor hebt.



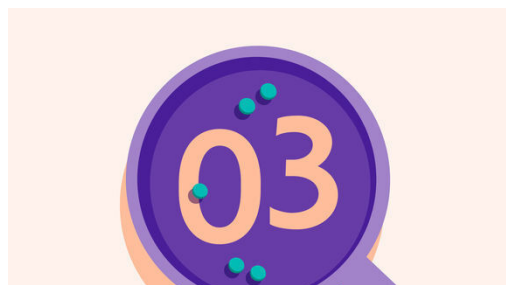
2. Salade maken

Los een flinke snuf zout op in 1el azijn. Kneed dit grondig door de **witte koolreepjes** tot ze wat zachter worden. Rasp de **peer incl. schil** grof en schep door de **witte kool**. Zet de **salade** tot het serveren opzij.



3. Bao-broodjes stomen

Verkreukel een passend stuk bakpapier, strijk het weer glad en bedek de bodem van de stoominzet of de zeef ermee. Leg de **bao-broodjes** erop, leg een deksel op de pan en stoom de **broodjes** ca. 7min. **Pas op:** hete stoom! Haal de stoominzet of zeef na het stomen van de pan en dek tot het serveren af met een schone theedoek.



4. Tofu bakken

Snij de **tofu** horizontaal doormidden en snij die stukken overdwars doormidden, zodat je **vier stukken** hebt. Verhit een middelgrote koekenpan op hoog vuur met 2el plantaardig olie en bak de **tofu** in 4-5min rondom goudbruin.



5. Afmaken en serveren

Haal de koekenpan van het vuur, schenk de **hoisinsaus** en **gembersaus** erbij en wentel de **tofu** erdoor tot ie aan alle kanten bedekt is. Druk de **salade** goed uit (zie de **tip** in de kantlijn). Vul de **broodjes** met steeds **1 stuk tofu** en wat **salade**. Serveer de **broodjes** met de **rest van de salade**.



6. Are you nuts?!

We spelen in dit recept met Oost-Aziatische smaken. Een notig accent zoals pinda's, cashews of sesam past daar goed bij. Rooster wat ongezoeten noten of zaden in een droge koekenpan en meng ze voor het vullen van de broodjes door de salade.