



Bao met komkommer en gochujang-tofu

met rucola-peersalade met sesam



ca. 30min



2 personen

Gestoomde, luchtige bao broodjes - wij zijn er echt dol op! Je kunt ze vullen met allerlei heerlijke ingrediënten en vandaag doen we dat met knapperige komkommer en tofu in een pittige gochujang glazuur. Erbij een rucolasalade met peer en sesam. Dat wordt weer genieten!

Wat je van ons krijgt

- 1 komkommer
- 1 rode ui
- 1 blok biologische tofu ⁴
- 4 gao bao-broodjes ²
- 25g Koreaanse chilipasta ^{2,4}
- 1 peer
- 50g rucola
- 1 zakje soja-sesamdressing ^{2,3,4}
- 1 zakje sesam ³

Wat je thuis nodig hebt

- 1½el mayonaise ¹
- 2el tomatenketchup
- 1tl maizena
- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

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

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

Allergenen

eieren (1), gluten (2), sesamzaad (3), soja (4). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

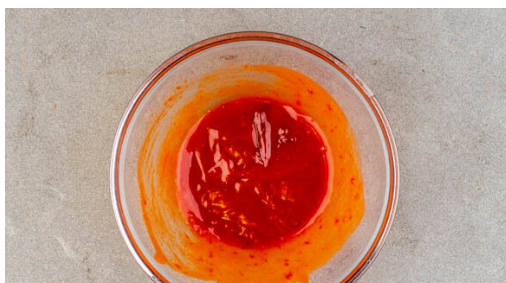
Voedingswaarde per portie

calorieën 730kcal, vet 31.6g, koolhydraten 84.8g, eiwit 22.3g



1. Ingrediënten voorbereiden

Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Pel en halveer de **ui** en snijd **1 helft** in dunne reepjes. De **andere helft** gebruiken we hier niet. Snijd de **tofu** in plakjes van ca. 0,5cm dik en wentel ze voorzichtig door 1tl maizena.



4. Glazuur maken

Meng de **helft van de chilipasta**, 2el ketchup, 1el azijn, 2el water, ½el suiker en een snuf zout tot een **glazuur**. Proef en breng verder op smaak met zout en evt. meer **chilipasta** als je van pittig houdt.



2. Tofu bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **tofu** in 4-8min rondom goudbruin en krokant. Klop een **dressing** van 1½el mayonaise, ½el lichte azijn en een snuf zout. Meng de **komkommer** en de **ui** met de **dressing** en zet opzij. Schep de **tofu** uit de pan. De pan gebruiken we zo weer.



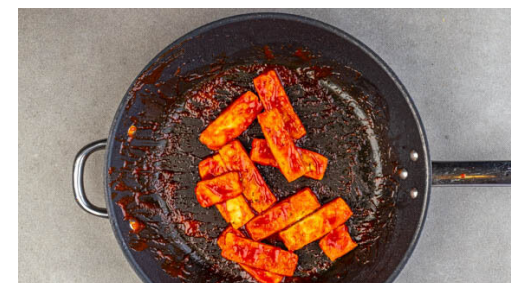
5. Salade maken

Halveer de **peer**, verwijder het klokhuis en snijd de **peer** in dunne plakjes. Meng de **peer** voorzichtig met de **rucola**, de **helft van de soja-sesamdressing** en de **helft van de sesam**.



3. Bao stomen

Vul een grote kookpan met voldoende water tot onder de stoominzet en breng het water aan de kook. **Tip:** als je geen stoominzet hebt kun je ook een passende zeef gebruiken. Bekleed de stoominzet met bakpapier en leg de **bao** erin. Leg een deksel op de pan en laat 5-7min stomen, tot ze zacht zijn.



6. Tofu glaceren

Schenk de **glazuur** in de koekenpan en breng aan de kook. Voeg de **tofu** toe en wentel ca. 3min in de glazuur op middelhoog vuur, tot de **tofu** rondom bedekt is met de **glazuur**. Roer de **rest van de sesam** er door. Maak de **bao** voorzichtig open en vul ze met de **tofu** en wat **komkommer**. Serveer de **bao** met de **rucola-peersalade** en de **rest van de komkommer**.