



Sticky tempeh met undonnoedels

met spinazie en pindasaus



20-30min



2 personen

Tempeh is een van onze favoriete vleesvervangers, al moeten veel mensen even wennen aan de smaak. Vandaag leer je hoe je tempeh lekker kan klaarmaken, met een marinade van hoisin en gember. Je bakt de tempeh stevig aan, waardoor er een lekker kleverig en zoet laagje ontstaat. Met pindadressing en chewy udonnoedels een heerlijke vegan maaltijd.

Wat je van ons krijgt

- 1x tempeh ⁶
- 1 stukje verse gember
- 1 zakje hoisinsaus ^{1,6,11}
- 1 rode paprika
- 1 komkommer
- 1 pak udonnoedels ¹
- 1 bosui
- 1 zakje gezouten pinda's ⁵
- 1 zakje pindakaas ⁵
- 1 zakje sojasaus ^{1,6}
- 1x baby spinazie

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- zeef

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

Kooktip

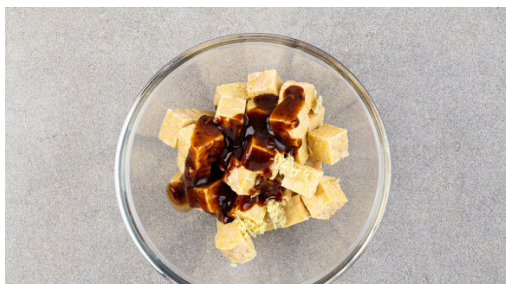
Je kunt de paprika evt. meebakken met de tempeh als je niet alle groenten rauw wilt serveren.

Allergenen

gluten (1), pinda's (5), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 981kcal, vet 42.3g, koolhydraten 101.6g, eiwit 51.0g



1. Tempeh marineren

Snijd de **tempeh** in kleine blokjes. Schil de **gember** en rasp hem grof. Meng de **tempeh** met de **helft van de gember** en de **hoisinsaus**.



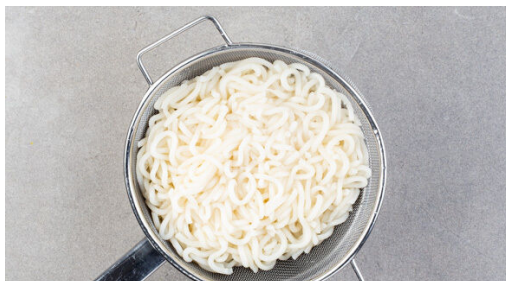
2. Groenten snijden

Breng in een middelgrote kookpan genoeg zout water aan de kook. Verwijder de kern en snijd de **paprika** in dunne reepjes. Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes.



3. Tempeh bakken

Verhit een middelgrote koekenpan met 1-2tl olie op hoog vuur. Bak de **tempeh** in 5-6min rondom goudbruin (**zie tip, links**).



4. Noedels koken

Voeg de **helft van de noedels** (of meer bij grote trek) toe aan het kokende water en kook in ca. 4min beetgaar. Giet af en spoel om met koud water.



5. Bosui snijden

Snijd de **bosui** in ringen en meng ze met de **pinda's**. Meng de **rest van de gember** met de **pindakaas** en voeg al roerend de **sojasaus**, 1el olie, 1el (rijstwijn)azijn en 1el water toe, tot een gladde **dressing** ontstaat.



6. Serveren

Verdeel de **noedels** over (diepe) borden. Hussel de **spinazie** om met **1/4e van de dressing** en serveer met de **tempeh**, **paprika** en **komkommer** op de **noedels**. Bestrooi met de **pinda's** en besprenkel met de **rest van de dressing**.