

# MARLEY SPOON



## Sticky sambaltofu op sobanoedels met peultjes

🕒 20-30min 🍴 2 personen

Toen chef Martina dit hoogstandje uit de keuken toverde, hebben we onze borden nog net niet schoongelikt. Want wat smaakten die sticky zoet-pittige blokjes tofu goed! Ze zijn de perfecte aanvulling op de sobanoedels met knapperige peultjes, komkommer, gember en sesamzaadjes. En de kers op de taart: hij is snel én lekker gezond.

## Wat je van ons krijgt

- 1x peultjes
- 1 minikomkommer
- 1 bosui
- 1x blokjes tofu <sup>6</sup>
- 300g sobanoedels <sup>1</sup>
- 1 kuipje ahornsiroop
- 25ml sambal oelek
- 1 stukje verse gember
- 25ml sojasaus <sup>1,6</sup>
- 10g zwarte sesam <sup>11</sup>

## Wat je thuis nodig hebt

- zout
- suiker
- plantaardige olie
- azijn

## Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- keukenrasp
- zeef of vergiet

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

### Allergenen

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

### Voedingswaarde per portie

calorieën 655kcal, vet 16.7g, koolhydraten 102.0g, eiwit 23.6g



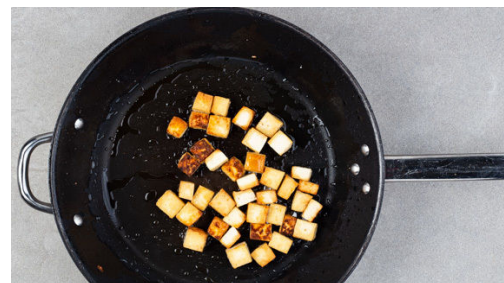
### 1. Ingrediënten voorbereiden

Halveer de **peultjes**. Snijd de **komkommer** in de lengte in vieren en in plakjes. Snijd de **bosui** schuin in dunne ringen, en houd de **groene** en **witte delen** van elkaar apart. Dep de **tofublokjes** droog.



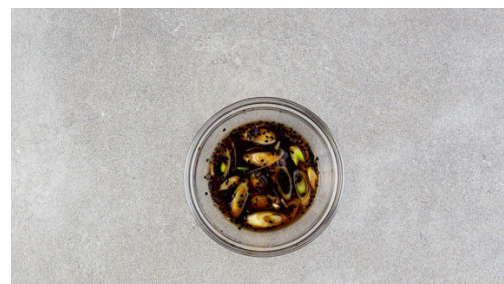
### 4. Tofu afmaken

Voeg de **ahornsiroop** en de **sambal oelek** **naar smaak** toe aan de **tofu** in de pan en schep 1/2-1min om, totdat de **tofu** bedekt is met een kleverig laagje.



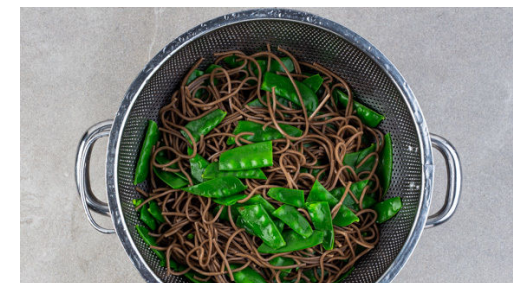
### 2. Tofu bakken

Breng in een middelgrote kookpan genoeg gezouten water aan de kook voor de **noedels**. Verhit een grote koekenpan op hoog vuur met 2el plantaardige olie. Voeg de **tofublokjes** toe met een snuf zout en bak ze in 8-10min aan alle kanten goudbruin.



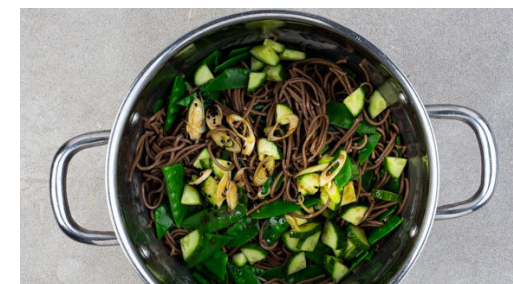
### 5. Dressing maken

Schil en rasp de **gember** fijn. Klop een **dressing** van de **sojasaus**, 1el (wittewijn)azijn, 1/2-1tl suiker, het **wit van de bosui**, de **gember** en de **helft van de sesam**.



### 3. Noedels koken

Voeg ca. **2/3e van de noedels** (of meer bij grote trek) toe aan het kokende water en kook in ca. 4min beetgaar. Voeg de **peultjes** toe en kook 2min mee. Giet af in een vergiet en spoel goed om met koud water.



### 6. Noedels afmaken

Meng de **noedels** en de **peultjes** voorzichtig met de **komkommer** en de **dressing**. Serveer de **noedels** met de **tofu** bovenop en bestrooi met het **groen van de bosui** en de **rest van de sesam**.