



Vietnamese hoisintofu

met een lichte groente-noedelsalade



ca. 20min



2 personen

Trek in een lekker fris gerecht? Wat dacht je van deze Vietnamese noedelsalade - zonder poespas en vol van smaak. De komkommer, radijs, wortel en peperige Thaise basilicum geven de salade die typische frisse, maar toch rijke Vietnamese smaak. En de sesamlimoendressing en lichtzoete, sticky tofublokjes maken het af.

Wat je van ons krijgt

- 1 wortel
- 1 bosje radijsjes
- 1 bosui
- 1 minikomkommer
- 1x blokjes tofu ⁶
- 100g glasnoedels
- 15g verse kruidenmix: koriander, munt en Thaise basilicum
- 25g gezouten pinda's ⁵
- 1 limoen
- 2x 25ml rijstwijnazijn
- 1 zakje sesamolie ¹¹
- 50ml hoisinsaus ^{1,6,11}

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- middelgrote 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), pinda's (5), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 571kcal, vet 22.9g, koolhydraten 78.0g, eiwit 12.9g



1. Ingrediënten voorbereiden

Schil of schrob de **wortel** evt. en rasp grof. Snijd de **radijsjes** in dunne plakjes. Snijd de **bosui** in dunne ringen. Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in dunne plakjes. Dep de **tofublokjes** droog.



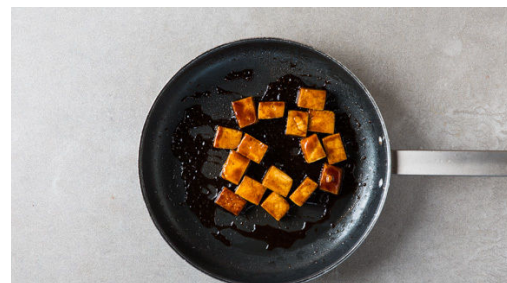
4. Noedels garen

Neem de kookpan van het vuur zodra het water kookt. Voeg de **noedels** toe aan het hete water en laat ze 3-5min garen. Giet af in een zeef en spoel om met koud water. Meng de afgekoelde **noedels** met de **helft van de dressing**.



2. Toppings voorbereiden

Breng in een middelgrote kookpan voldoende water aan de kook voor de **noedels**. Hak de **basilicum** en de **koriander incl. steeltjes** fijn. Hak de **pinda's** grof. Rasp de **limoenschil** fijn, pers **een helft** van de **limoen** uit en snijd de **andere helft** in partjes.



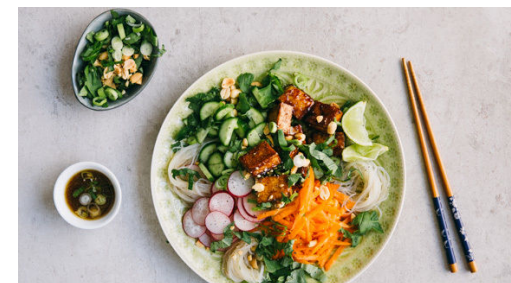
5. Tofu bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **tofublokjes** in ca. 5min rondom goudbruin en knapperig. Voeg de **hoisinsaus** en 2-3el water toe en roerbak nog 1-2min, tot de **sous** ingedikt is. Breng op smaak met zout en peper en neem de pan van het vuur.



3. Dressing maken

Klop een **dressing** van de **rijstwijnazijn**, de **sesamolie**, **1el limoensap**, 1el plantaardige olie, 1-2el water, **1tl limoenrasp** en 1-2el suiker. Roer tot de suiker is opgelost en breng de **dressing** op smaak met zout en peper..



6. Salade samenstellen

Schep de **noedels** op en verdeel de **wortel**, **radijs**, **bosui**, **komkommer** en de **tofublokjes** erover. Besprenkel met de **rest van de dressing** en bestrooi met de **pinda's** en de **verse kruiden**. Geef de **limoenpartjes** erbij om erover uit te knijpen.