

# Vietnamesisk nudelsalat

(Ca. 4 personer)

I vietnamesisk madlavning – og generelt i de asiatiske køkkener – er tofu ikke en ukendt råvare at bruge i mange retter. I følgende opskrift vil vi give et eksempel på hvordan, man kan bruge tofu og edamamebønner i en super lækker og hurtig nudelsalat. Nudelsalaten er ikke bare super lækker, men den er også rigtig sund og smuk at se på!

## Ingredienser

125 g glasnudler  
1 pakke neutral tofu  
150 g frosne edamamebønner (uden bælg)  
1/5 rødkål  
3 mellemstore gulerødder  
1 chili  
1 brocolihoved  
1 mango  
1 agurk  
1 håndfuld usaltede peanuts eller sesamfrø  
1 håndfuld fintsnittet koriander eller mynte  
Evt. limesaft, chiliflager/chilisauce, soya eller krydderurter

## Fremgangsmåde

1. Sæt to gryder letsaltet vand til kogning (til edamamebønner og glasnudler).
2. Kog edamamebønnerne i 1 minut i spilkogende vand og si vandet fra og lad dem ligge i sien og køle af.
3. Dræn tofuen for vand og dup den tør med lidt køkkenrulle.
4. Skær tofuen i mundrette tern og steg dem på panden (evt. tilsmag med soya, limesaft, chili eller andre krydderier).
5. Kog glasnudlerne som anvist på indpakningen og si vandet fra efterfølgende.
6. Snit gulerødder, rødkål, agurk og chili fint.
7. Skær brocolien i buketter.
8. Skræl mangoen og skær den i tern (pas på stenen i midten).
9. Vend alle ingredienserne (edamamebønner, nudler, tofu, broccoli, gulerødder, rødkål, chili, mango og agurk) sammen i en stor skål.
10. Pynt salaten med usaltede peanuts/sesamfrø, fintsnittede koriander eller mynte eller ekstra chili.

## Tips

- Cashewnødder kan være rigtigt godt at bruge i stedet for peanuts.
- Hvis du kan lide salaten ekstra spicy, så kan du med fordel tilføje mere chili eller bruge en færdiglavet sursød chilisaucé.
- En peanutbutterm dressing eller soya går rigtig godt sammen med retten.
- Hvis du ikke er så vild med glasnudler, kan du sagtens bruge fuldkornsnudler eller alternativt helt normale nudler.
- Hvis du hverken kan lide koriander eller mynte, så kan du sagtens bruge en anden krydderurt – eller helt undlade!