

Vietnamesisk nudelsalat

Til 4 personer. Forberedelsestid: 45 min. Samlet tid: 45 min.

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 lækker og hurtig nudelsalat. Nudelsalaten er ikke bare lækker, men også rigtig sund og smuk at se på!

Ingredienser

Vietnamesisk nudelsalat

1 broccoli
200 g edamamebønner uden bælg
1/3 rødkål
1 mango
2 mellemstore gulerødder
1 agurk
1/2 frisk chili
300 g tofu, fast
1 fed hvidløg
1 tsk sojasauce
1 tsk sesamolie eller olivenolie
250 g risnudler

Peanutbuttersauce

1 dl peanutbutter
1 lille fed hvidløg
1 spsk finthakket ingefær
5 spsk vand
1 spsk soya
Saften fra 1 limefrugt

Topping

1 håndfuld frisk mynte
1 håndfuld friske koriander
3 spsk sesamfrø (kan undlades)

Fremgangsmåde

Vietnamesisk nudelsalat

1. Skær broccolihovedet i små buketter og stokken i tynde strimler.
2. Kog det med edamamebønner i to minutter.
3. Snit rødkål fint på et mandolinjern.
4. Skræl mangoen og skær den i tern.
5. Snit gulerødder, agurk og chili i fintsnittede strimler.
6. Skær tofuen i tern og steg i olie på panden med presset hvidløg og sojasauce.
7. Kog risnudlerne som anvist på pakken.

Peanutbuttersauce

Bland alle ingredienserne sammen i en blender eller en skål. Hvis det piskes i hånden, anbefales det at bruge kogende vand.

Anretning

Vend til sidst alle ingredienserne i et stort fad, pynt med mynte, koriander og sesamfrø. Server med peanutbuttersauce.

Tips

- Cashewnødder kan være rigtig 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 chilisauce.
- Hvis du ikke er så vild med glasnudler, kan du sagtens bruge fuldkornsnudler eller alternativt helt normale nudler.