



Frischer Kimchi-Glasnudelsalat

mit gebratenem Räuchertofu



20-30min



2 Personen

Wir sind begeistert von dieser schnellen Kimchi-Variante, für die das Kimchi nicht erst tagelang fermentieren muss. Nimm die Abkürzung, die sich unsere Köchin Hannah überlegt hat, und lass dich überzeugen von diesem leckeren Salat aus Glasnudeln, knusprigem Räuchertofu, frischen Gurken, Karotten und Lauchzwiebeln und natürlich Chinakohl, der wirklich in Nullkommanix zubereitet ist!

Was du von uns bekommst

- 100g Vermicelli-Glasnudeln
- 1 Packung Chinakohl
- 1 Päckchen Speisestärke
- 3 Päckchen Sojasauce ^{1,6}
- 1 Päckchen koreanische Chilipaste ^{1,6}
- 1 Packung Räuchertofu ⁶
- 1 Päckchen Sesam ¹¹
- 1 Karotte
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück frischer Ingwer

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker

Küchenutensilien

- mittelgroßer Kochtopf
- 2 mittelgroße Pfannen
- Schneebesen
- Knoblauchpresse
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 550kcal, Fett 18.8g, Kohlenhydrate 70.7g, Eiweiß 20.0g



1. Chinakohl vorbereiten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Den **Chinakohl** ggf. verlesen und in einer großen Schüssel mit 1TL Salz mischen. Zum Ziehen beiseitestellen.



2. Nudeln garen

Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben, den Topf vom Herd nehmen und die **Nudeln** 3-5Min. gar ziehen lassen. In ein Sieb abgießen, mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.



3. Sauce vorbereiten

In einer mittleren Pfanne mit einem Schneebesen ca. 90ml Wasser mit der **Stärke** verrühren, auf niedriger Hitze erwärmen und 4-6Min. unter ständigem Rühren erst andicken, dann wieder etwas flüssiger werden lassen. Ggf. noch 1EL Wasser hinzufügen, falls die **Masse** klumpig wird. Die **Sojasauce**, die **Chilipaste**, 1EL Pflanzenöl und 1EL Zucker unterrühren und die **Sauce** beiseitestellen.



4. Tofu braten

Den **Tofu** mit einer Küchenreibe grob raspeln und in einer zweiten mittelgroßen Pfanne mit 1-2TL Pflanzenöl bei starker Hitze 8-12Min. braten, bis der **Tofu** knusprig und goldbraun ist, dabei regelmäßig umrühren. Kurz vor dem Servieren den **Sesam** unterrühren und ca. 30Sek. mitbraten.



5. Gemüse untermischen

Die **Karotte** schälen und grob reiben. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden. Den **Knoblauch** schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein hacken. Den **Ingwer** schälen und fein reiben. Alles zur **Sauce** in die Pfanne geben und gut untermischen.



6. Chinakohl abspülen

Den **Chinakohl** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen, um das Salz möglichst gut zu entfernen. Anschließend mit den **Nudeln** und der **Sauce** vermengen und den **Kimchi-Glasnudelsalat** mit dem **Tofu** anrichten und servieren.