



Limetten-Tofu auf Glasnudelsalat

mit bunter Paprika und Karotten



20-30min



4 Portionen

Wir lieben Glasnudeln aus mehreren Gründen: Sie sind leicht zuzubereiten und nehmen Geschmack sehr gut an, wodurch sie schier unendlich einsetzbar sind. Sei es in Salat, Suppe oder Pfanne – die Liste ließe sich bis nach Asien fortsetzen –, die Durchsichtige macht immer eine gute Figur! Heute glänzt sie in Kombination mit frischem Gemüse und knusprigem Tofu, für Exotik sorgen süßliches Ketjap Manis und aromatisch-saure Limette.

- 200g Vermicelli-Glasnudeln
- 2 Pck. Bio-Tofu ¹
- 2 Karotten
- 2 Paprika
- 2 Knoblauchzehen
- 2 unbehandelte Limetten
- 100ml Ketjap Manis ¹

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- große Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Allergene

Sojabohnen (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 643kcal, Fett 26.3g,
Kohlenhydrate 78.3g, Eiweiß 22.4g



In einem mittleren Topf ausreichend gesalzenes Wasser aufkochen. Die **Nudeln** ins kochende Wasser geben, den Topf vom Herd nehmen und die **Nudeln** in 3-5Min. gar ziehen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen, in den Topf zurückgeben und abgedeckt beiseitestellen. Den **Tofu** vorsichtig mit Küchentrepp auspressen und in ca. 1cm große Würfel schneiden.



Die **Karotten** ggf. schälen, halbieren und schräg in dünne Scheiben schneiden. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in lange, dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Die **Schale von beiden Limetten** abreiben, **1 Limette** halbieren und auspressen, die **andere Limette** in Spalten schneiden.



3EL hellen Essig (bevorzugt Reisessig), **2EL Ketjap Manis**, den **Limettensaft**, $\frac{2}{3}$ des **Limettenabriebs**, die $\frac{1}{2}$ des **Knoblauchs**, 2EL Zucker und 1 kräftige Prise Salz zu einer **Würzsauce** verrühren und beiseitestellen.



Die **Karotten** und die **Paprika** in einer großen Pfanne oder einem Wok mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 2Min. anbraten, das **restliche Ketjap Manis** und den **restlichen Knoblauch** einrühren und 4-5Min. mitbraten. Die **Nudeln** in der Pfanne mit dem **Gemüse** vermengen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Abgedeckt bei minimaler Hitze warm halten.



Den **Tofu** in einer weiteren großen Pfanne mit 3EL Pflanzenöl bei starker Hitze in 6–9Min. goldbraun und knusprig anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, die **Würzsauce** hineingeben und gut mit dem **Tofu** vermengen. Den **Tofu** auf den **Nudeln** anrichten und mit dem **restlichen Limettenabrieb** garniert servieren, die **Limettenspalten** dazu reichen.



Limette macht frisch im Mund – welch wunderbarer Kontrast zur Würze des Ketjap Manis! Die Schmerzaffinen können natürlich jederzeit ihrer Passion nachkommen und den Schärfe-regler etwas aufdrehen. Vielleicht muss es nicht gerade frische Chili sein; ein wenig scharfe Sauce in die Nudeln gemischt sorgt für dezentes, gleichmäßiges Brennen.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**