MARLEY SPOON



RS Gebratener Tofu mit Gurken und Kimchi

auf Udon-Nudeln mit Sojasauce und Sesamöl

ca. 20min 1 Portion

Knusprig gebratener Tofu, frische Gurke und pikantes Kimchi treffen in diesem koreanisch inspirierten Gericht auf feine Udon-Nudeln. Gewürzt mit einer umamireichen Kombination aus Knoblauch, Ingwer, Sojasauce, Sesamöl und geröstetem Sesam entsteht ein ausgewogenes Zusammenspiel aus Frische und Aromen. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 225g Udon-Nudeln [1]
- 1 Pck. Bio-Tofu [3]
- 1 Pck. Knoblauch-Ingwer-Paste
- 1 Gurke
- 25ml Tamari-Sojasauce [3]
- 1 Pck. geröstetes Sesamöl [2]
- 1 Pck. Sesam [2]

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- kleiner Topf
- mittelgroße Pfanne
- Sieb

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

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Sesamsamen** (2), **Sojabohnen** (3).

Kann Spuren enthalten von: Eier

Nährwertangaben pro Portion
Energie 1194kcal, Fett 48.4g, Kohlenhydrate 146.3g, Eiweiß 42.3g



1. Nudeln kochen

In einem kleinen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. **¾ der Nudeln** in das kochende Wasser geben und in 4–6Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



2. Tofu vorbereiten

Inzwischen die **½ des Tofus** mit Küchenkrepp trocken tupfen und quer in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Die **Tofuscheiben** mit der **½ der Knoblauch-Ingwer-Paste** und ½EL Olivenöl vermengen.



3. Gurke vorbereiten

Die **Gurke** längs halbieren und die Kerne mit einem Teelöffel herausschaben und entsorgen. Die **Gurkenhälften** in je 3 Stücke schneiden und jedes Stück längs in dünne Stifte schneiden. Die **Gurkenstifte** mit 1 kräftigen Prise Salz vermengen und beiseitestellen.



4. Tofu braten

Den **Tofu** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1½EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze in 2–3Min. rundum goldbraun braten. Dann mit **1EL Sojasauce** ablöschen und mit 1 kräftigen Prise Zucker würzen und die Pfanne vom Herd nehmen.



5. Gurken verfeinern

Die **Gurken** mit der **½ des Kimchis** und 1TL Essig vermengen.



6. Nudeln verfeinern

Die **Nudeln** mit der **restlichen Knoblauch-Ingwer-Paste**, der **restlichen Sojasauce**, dem **Sesamöl** und dem **Sesam** vermengen. In einer Schüssel anrichten und mit dem **Tofu** und den **Gurken** garniert servieren.

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**