MARLEY SPOON



# Scharfe Thai-Nudeln mit Tofu

mit Gemüse und Koriander

ca. 25min  3 Portionen

Achtung, scharf! Und vegan! Und blitzschnell auf dem Teller! Und übelst lecker! Ja, dieses Gericht kann man nicht genug loben, so gut ist es: Ein knackiger Gemüsemix, der praktischerweise schon vorgeschnippelt ist, schmurgelt in einer delikat-pikanten Mischung aus gelbem Curry, Kokosmilch, spritziger Limette und Sojasauce, bevor alles mit den leckeren Glasnudeln vermengt und mit frischem Koriander serviert wird. Mmmh!

## Was du von uns bekommst

- 200g Vermicelli-Glasnudeln
- 2 Pck. Bio-Tofu [1]
- 1 Zwiebel
- 1 unbehandelte Limette
- 2 Tomaten
- 1 Pck. gelbe Currypaste
- 200ml Kokosmilch
- 25ml Tamari-Sojasauce [1]
- 500g Bami-/Nasi-Gemüsemix
- 10g Koriander

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- große Pfanne mit Deckel
- Wasserkocher
- Zitruspresse
- Sieb

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

**Kochtipp**
Um die Weiterverarbeitung zu erleichtern, ggf. die Nudeln mit einer sauberen Schere 1–2 Mal durchschneiden.

**Allergene**
Enthält: **Sojabohnen** (1).

**Nährwertangaben pro Portion**
Energie 786kcal, Fett 41.8g, Kohlenhydrate 81.9g, Eiweiß 20.5g



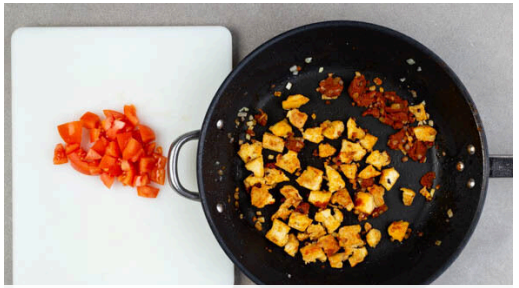
### 1. Tofu zerkleinern

In einem Wasserkocher ausreichend Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. **300g Tofu** in mundgerechte Stücke zerkleinern. Die **Nudeln** mit heißem Wasser bedecken und 3–5Min. gar ziehen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.



### 2. Tofu anbraten

Den **Tofu** in einer großen Pfanne oder einem Wok mit 1½EL Pflanzenöl und ½TL Salz bei mittlerer bis starker Hitze unter gelegentlichem Rühren in ca. 5Min. goldbraun anbraten. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und grob würfeln. Die **Limette** halbieren und auspressen.



### 3. Curry ansetzen

Die **Zwiebeln** mit 2TL Pflanzenöl in die Pfanne geben und ca. 2Min. mitbraten, bis sie weich und glasig sind. Die **Tomaten** in grobe Stücke schneiden. Die **½ der Currypaste oder mehr nach Geschmack** in die Pfanne rühren und bei mittlerer Hitze 1–2Min. anbraten.



### 4. Gemüse garen

Den **Tofu** mit der **Kokosmilch**, dem **Limettensaft** und der **Sojasauce** ablöschen und mit 1 kräftigen Prise Zucker verfeinern. Die **Tomaten** und den **Gemüsemix** mit 1 Prise Pfeffer hinzufügen und aufkochen, dann abgedeckt bei niedriger Hitze 3–5Min. köcheln lassen, bis das **Gemüse** weich ist. Gelegentlich umrühren.



### 5. Koriander schneiden

Den **Koriander samt Stängeln** grob schneiden.



### 6. Nudeln unterheben

Die **Nudeln** mit dem **Gemüse** in der Pfanne vermengen, bis sie mit der **Sauce** bedeckt und erwärmt sind. Die **Thai-Nudeln** mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und auf tiefe Teller verteilen. Mit dem **Koriander** garnieren und 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**