MARLEY SPOON



# Knuspriger Tofu mit „betrunkenen Nudeln“

mit Pak Choi und Thai-Basilikum

ca. 25min  4 Portionen

Nein, wir füllen unsere Udon-Nudeln heute nicht mit dubiosen Getränken ab! Trunken sind sie höchstens vor Wonne über ihr außerordentlich aromatisches Ambiente, das sich mit Limette, Chili und süßlich-klebriger Sojasauce wirklich gut aushalten lässt. Auch wenn man seinen Platz mit Pak Choi und knusprigen Tofuwürfeln teilen muss – geteilte Freude ist doch die schönste Freude!

## Was du von uns bekommst

- 450g Udon-Nudeln [1]
- 2 Zwiebeln
- 2 Paprika
- 2 Pck. Bio-Tofu [2]
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Thai-Chilischote
- 1 unbehandelte Limette
- 50ml Tamari-Sojasauce [2]
- 100ml Ketjap Manis [2]
- 1 Pak Choi
- 20g Basilikum

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Weizenmehl [1]
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne oder Wok
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

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

**Kochtipp**
Für weniger Schärfe die Kerne der Chilischote entfernen.

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

Kann Spuren enthalten von: Eier

**Nährwertangaben pro Portion**
Energie 947kcal, Fett 35.3g, Kohlenhydrate 118.0g, Eiweiß 38.6g



### 1. Gemüse braten

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Nudeln** zum Kochen bringen. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in ca. 1cm breite Spalten schneiden. Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** und die **Paprika** in einer großen Pfanne oder einem Wok mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze in 5–7Min. weich braten.



### 2. Nudeln garen

Die **Nudeln** in das kochende Wasser geben und in 4–6Min. bissfest kochen. In ein Sieb abgießen und kalt abschrecken.



### 3. Tofu braten

Den **Tofu** trocken tupfen, in ca. 2cm große Würfel schneiden und mit 2EL Mehl sowie 1TL Salz vermengen. Die **Tofuwürfel** in einer zweiten großen Pfanne mit 4EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze rundum in 5–7Min. goldbraun braten. **Tipp:** Nur wenig umrühren, damit der **Tofu** schön knusprig wird.



### 4. Sauce zubereiten

Den **Knoblauch** schälen und fein reiben. Die **Chilischote** halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. Die **Sojasauce** gründlich mit dem **Ketjap Manis**, der **Limettenschale** und dem **-saft** sowie ½TL Zucker verrühren. Den **Knoblauch** und die **Chilischote** in die **Sauce** rühren.



### 5. Zutaten vorbereiten

Den **Pak Choi** in ca. 2cm breite Streifen schneiden. Die **Thai-Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen.



### 6. Nudeln vermengen

Den **Pak Choi**, ca. ⅔ **des Thai-Basilikums** und die **Sauce** in die Pfanne zu dem **Gemüse** geben und 1–2Min. mitbraten. Die **Nudeln** hinzufügen und alles gut vermengen. Ggf. löffelweise Wasser zugeben, falls die **Sauce** zu dickflüssig ist. Den **Tofu** ebenfalls unterheben, dann die **betrunkenen Nudeln** auf Teller verteilen und mit dem **restlichen Thai-Basilikum** 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**