



R e z e p t

Udon-Nudeln mit Erdnusssauce

Dieses Rezept ist eine herrliche Möglichkeit, den gewürzten Knuspertofu einzusetzen. Es basiert auf einem Gericht von Nisha Vora, die den veganen Kochkanal „Rainbow Plant Life“ auf YouTube betreibt.

Zutaten für 2 Portionen

- 2 Einzelpäckchen vorgegarte Udon-Nudeln (gibt es im Asiamarkt)
- 2-3 Frühlingszwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- ½ Händchen Erdnusskerne, geröstet und ungesalzen, gehackt
- ½ rote Paprika

Für die Sauce

- 1 EL Sojasauce
- ½ EL Reisessig
- 1 TL brauner Zucker
- 50 g Erdnussbutter natur (nicht homogenisiert, ohne Zucker)
- heißes Wasser nach Bedarf

Zum Servieren

- Chili Crisp (gibt es im Asiamarkt)
- 1 Portion knuspriger Gewürz-Tofu aus dem Airfryer

Zubereitung

- Die Frühlingszwiebeln ringeln und in kaltes Wasser legen.
- Die Paprika in Streifen schneiden.
- Den Knoblauch pressen und in eine mittelgroße, hitzefeste Schüssel geben.
- 1 EL Öl sehr stark erhitzen und über den Knoblauch gießen (dieser sollte „zischeln“).
- Nach 1 Minute Wartezeit die übrigen Saucenzutaten einrühren. Das heiße Wasser dabei so dosieren, dass eine dickflüssige Sauce entsteht.
- Die Udon-Nudeln nach Packungsanleitung kochen. Derweil die Frühlingszwiebeln abgießen.
- Wenn die Nudeln gar sind, 2 Bowls komponieren aus jeweils der Hälfte der Nudeln, der Paprika, der Frühlingszwiebeln.
- Je die Hälfte der Sauce übergießen, die Hälfte der Erdnüsse und des Tofus obendrauf.
- Nach Belieben mit Chili Crips krönen.