



Gyoza salade met smashed komkommer

Heb je nog gyoza en tuinerwten in je vriezer? Maak er een complete maaltijd van door het te combineren met extra groenten. Tover binnen 30 minuten deze maaltijdsalade op tafel.

2 PERSONEN

 minuten

DIT HEB JE NODIG

- ▣ 150 g diepvries tuinerwten
- ▣ ½ komkommer
- ▣ 1 el crispy chili in oil
- ▣ 1½ el sojasaus
- ▣ ¼ limoen
- ▣ 2½ el tahin
- ▣ ½ el rijstazijn
- ▣ ½ el ahornsiroop
- ▣ 1 el zonnebloemolie
- ▣ 12 vega gyoza
- ▣ ½ eetrijpe avocado
- ▣ 5 g verse koriander
- ▣ 1 el rode uienringen zoetzuur
- ▣ ½ el sesamzaad



ZO MAAK JE HET

1. Kook de tuinerwten 3 minuten in ruim kokend water.
2. Spoel onder koud stromend water en laat uitlekken in een vergiet.
3. Snijd ondertussen de komkommer in de lengte door de helft en verwijder de zaadlijsten met een theelepels.
4. Leg de 2 helften komkommer met de opengesneden kant naar beneden op een snijplank.
5. Gebruik vervolgens een deegroller of de platte kant van een koksmees om deze te 'smashen'.
6. Sla met de deegroller op de komkommer.
7. Hierbij werk je de halve komkommer af, van boven naar onder, en snijd in stukjes van 2 cm.
8. Doe in een kom en meng met de helft van de crispy chiliolie en de helft van de sojasaus, laat minstens 10 minuten staan.
9. Pers ondertussen de kwart limoen uit.
10. Maak een dressing van de tahin, de rest van de sojasaus, de rijstazijn, ahornsiroop en het limoensap.
11. Het mag een beetje dik zijn.
12. Verhit de helft van de olie in een grote koekenpan.
13. Leg de helft van de bevroren gyoza's in de pan olie met de platte zijde naar beneden en bak 3 minuten op middelhoog vuur met de deksel erop.
14. Til de deksel een klein stukje omhoog en schenk voorzichtig een klein scheutje water (ca. 3 el) bij de gyoza's en doe de deksel snel weer op de pan.
15. Laat nog ca. 6 minuten bakken op laag vuur, totdat de gyoza's een lichtbruine, knapperige onderkant hebben.
16. Leg de gebakken gyoza's op een bord en herhaal dit met de rest.
17. Snijd de avocado in blokjes en snijd de koriander grof.
18. Meng de gyoza's met de tuinerwten, komkommer, avocado en rode ui.
19. Verdeel de dressing over de borden en schep hier de salade op.
20. Garneer de salade met de rest van de crispy chiliolie, het sesamzaad en de koriander.

TIP: Snel ingelegde rode ui zelf maken? Snijd 4 rode uien in dunne, halve ringen, dit kan optioneel met een mandoline. Meng 150 ml water met 150 ml natuurijszout en voeg hier 1 tl suiker, 1 tl zout en 1 laurierblad aan toe. Breng dit aan de kook. Doe de gesneden ui in een schone, uitgekookte glazen pot met deksel en giet hier het hete azijnmengsel bij. Laat de pot helemaal afkoelen voor je deze sluit. Je kunt dit tot wel 4 weken in de koelkast bewaren.

Bron: [ah.nl](https://www.ah.nl)