



RAMEN

Ramen met kurkuma en cavolo nero

2 PERSONEN

🕒 20 + 30 minuten

DIT HEB JE NODIG:

- 🍲 180 g tofu naturel
- 🍲 1 paddenstoelenbouillonblokje
- 🍲 135 g ramen noedels
- 🍲 1 l water
- 🍲 1 el zonnebloemolie
- 🍲 ½ teen knoflook
- 🍲 ½ tl gemalen kurkuma (koenjit)
- 🍲 200 g Italiaanse roerbakgroente cavolo nero
- 🍲 75 g peen julienne
- 🍲 65 g taugé
- 🍲 2 el gebakken uitjes

MATERIAAL: schone theedoek, wok

ZO MAAK JE HET:

1. Laat de tofu uitlekken.
2. Leg een schone theedoek op een bord.
3. Leg de tofu hierop en vouw de randen van de doek erover.
4. Zet een zware pan (of iets anders zwaars) op de tofu en laat minimaal 30 minuten staan, zodat er zo veel mogelijk vocht uit komt.
5. Breng het water met het boullontablet aan de kook en kook de noedels hierin in 4 minuten gaar.
6. Schep uit de bouillon en verdeel over ruime kommen.
7. Houd de bouillon warm met de deksel op de pan.
8. Snijd de tofu in blokjes van 1 cm.
9. Verhit de olie in een wok en roerbak de tofu op hoog vuur in 6 minuten goudbruin.
10. Snijd ondertussen de knoflook fijn.
11. Voeg de knoflook, kurkuma en eventueel zout toe aan de tofu.
12. Bak nog 30 seconden en schep uit de wok.
13. Roerbak de roerbakgroenten 4 minuten in de achtergebleven olie in de wok.
14. Voeg 1½ el bouillon aan de peen julienne en taugé toe en roerbak nog 1 minuut.
15. Schep de groenten op de noedels in de kommen en schenk de rest van de bouillon erover.
16. Verdeel de tofu en uitjes erover en serveer.

TIP: Als je stap 1 al 's ochtends doet, en je de tofu met theedoek erover en iets zwaars erop de hele dag in de koelkast bewaart, heb je deze noedelsoep 's avonds binnen 20 minuten op tafel.

BRON: ah.nl

