

Woknudeln mit Pflaumensauce

Woknudeln mit ausgefallenen, fruchtig-würzigen Geschmacksnoten! Die Süße von Pflaumenmus verbunden mit milder Ingwerschärfe und unserem Tofu macht einfach Appetit.

Zutaten:

200 g SOJAFARM Naturtofu
5 EL Sojasauce
100 g Pflaumenmus
2 Knoblauchzehen
1 Stück Ingwer (walnussgroß)
1 EL Zitronensaft
2 TL scharfe Chilisauce
1 kleine Zucchini
1 Karotte
100 g Salatgurke
100 g Zuckerschoten
3 Frühlingszwiebeln
2 EL Sesamöl
125 g Instant-Woknudeln
50 g gesalzene, geröstete Cashewkerne
Salz



Zubereitung:

Pflaumenmus und Sojasauce verrühren. Knoblauch und Inger schälen, fein raspeln und unterrühren. Zum Würzen der Nudeln 3 EL Mus abnehmen und mit dem Zitronensaft, der Chilisauce und 250 ml Wasser verrühren. Würzsauce mit Salz abschmecken und beiseite stellen.

Zucchini waschen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Karotte schälen, in Scheiben und anschließend in Stifte schneiden. Salatgurke ebenfalls stifteln. Tofu grob würfeln. Die Zuckerschoten waschen. Die Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden.

Sesamöl in einer großen Pfanne erhitzen. Darin den Tofu anbraten. Wenn er kross ist, in eine Schüssel geben und beiseite stellen. Die Karottenstifte und Zucchinischnitten in dieselbe Pfanne geben und kurz anbraten. Dann Zuckerschoten, Gurkenstifte, die Nudeln und die Würzsauce dazugeben. Alles zugedeckt 3-6 min köcheln lassen.

Tofu, Frühlingszwiebeln und Cashewkerne in die Pfanne geben und kurz mit den anderen Zutaten erwärmen. Woknudeln auf Teller verteilen, die übrige Pflaumenmus-Ingwer-Mischung darüber träufeln und servieren. Guten Appetit!