

Gewokte knoflook tempeh

Ingrediënten:

- 250 gram tempeh
- 2 teentjes knoflook
- 3 el sojasaus
- 2 el sesamzaadjes
- 2 el suiker
- 200 gram glasnoodles
- 100 gram bimi
- 100 gram wortel
- 100 gram puntpaprika
- 1 ui
- 3 el pinda's
- zonnebloemolie
- peper en zout
- optioneel voor de liefhebber: koriander en taugé

Bereiding:

Snijd alle producten in eetbare blokjes en reepjes. Wok de blokjes tempeh in een klein laagje zonnebloemolie tot ze goudbruin zijn. Bak de knoflook en ui mee tot ze goudbruin zijn en hun geur wordt afgegeven. Kook ondertussen de glasnoodles af zoals op het pak vermeld. Voeg de suiker, soja en sesam toe aan de wok en laat dit geheel inkoken tot een donkere saus/karamel. Voeg daarna de fijngesneden groenten toe en laat deze op medium vuur meebakken tot ze gaar zijn. Als de saus te dik is, kan je een klein scheutje water toevoegen van de afgegoten noodles. Voeg als laatste de afgekookte glasnoodles toe en meng alles luchtig met elkaar, zodat er een mooi glanslaagje om de ingrediënten zit zonder dat je alles kapot roert. Direct serveren en garneren met pinda's en voor de liefhebber koriander en/of taugé.

Eet smakelijk!