



Asiatischer Glasnudelsalat

😊 4 Portionen

🕒 30 min

🍴 Salate, to-go

ZUTATEN

für das Dressing

80 g Cashewnüsse
2 EL Sesamöl
100 ml Sojasauce
3 EL Zitronensaft
2 TL Honig

für den Salat

150 g Glasnudeln (Vermicelli)
200 g Brokkoliröschen
2 Karotten
1 rote Paprika
200 g Räuchertofu
etwas Sesamöl zum Braten
200 g kleine gekochte
Garnelen
4 TL Sesamsamen

ZUBEREITUNG

Für das Dressing die Cashewnüsse grob hacken und mit den restlichen Zutaten vermengen.

Die Glasnudeln nach Packungsanleitung zubereiten. Dann das Wasser abgießen und die Nudeln mit einer Schere kürzen.

Die Brokkoliröschen ca. 5 min in Salzwasser kochen, dann kalt abschrecken. Die Karotten schälen, dann mit dem Schäler lange Streifen abziehen. Die Paprika in große Würfel schneiden.

Den Tofu in Würfel schneiden und in einer Pfanne in Sesamöl von allen Seiten anbraten. Die Garnelen kalt abwaschen.

Glasnudeln, Brokkoliröschen, Karottenstreifen, Paprika, Tofu und Garnelen auf Teller anrichten. Das Dressing über den Salat gießen und mit Sesam bestreuen.

NOTIZEN