






# Vietnamesischer Reismudelsalat

Vietnamesischer Reismudelsalat, Bún Chay, ist ein lauwarmer Salat mit Reismudeln, Salat, Gemüse und Tofu und schmeckt einfach richtig gut!

Bun Chay veganer  
vietnamesischer  
Reismudelsalat

 <b>Gericht</b>	Salat
 <b>Vorbereitungszeit</b>	5 Minuten
 <b>Zubereitungszeit</b>	10 Minuten
 <b>Gesamtzeit</b>	15 Minuten
 <b>Portionen</b>	2

## Zutaten

- 1 Karotte ca. 80 g
- 50 g Reismudeln
- 1/4 Gurke
- 80 g Eisbergsalat oder Romanasalat
- 130 g Sprossen Sojabohnen- oder Mungbohnen-Keimlinge
- 1 kleine rote Zwiebel oder 1 Frühlingszwiebel
- frischer Koriander
- frisches Thai-Basilikum
- frische Minze
- 2 EL Erdnüsse gehackt
- 2 EL Röstzwiebeln
- 1 TL Sriracha optional
- 2 Spalten Limetten optional

## Für den Tofu

- 200 g Tofu
- 1 TL Öl zum Anbraten
- 1 EL Sesam
- 2 TL Sojasoße oder glutenfrei: Tamari
- 1 TL Sesamöl
- 1 TL Knoblauchpulver

## Für das Dressing

- 3 EL vegane Fischsoße oder Sojasoße, glutenfrei: Tamari
- 3 EL Limettensaft
- 3 EL Zucker
- 6 EL Wasser
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 TL Chili frisch und gehackt oder Chiliflocken

## Anleitungen

1. Tofu würfeln und in etwas Öl von jeder Seite kross anbraten.
2. Sojasoße, Sesamöl und Knoblauchpulver verrühren.

3. Platte ausschalten und die Soße über den angebratenen Tofu geben, wenden und Soße einziehen lassen. Zuletzt mit Sesam bestreuen und nochmals wenden. Der sollte nun gut am Tofu kleben.
4. Reismudeln nach Packungsanleitung zubereiten (i.d.R. mit heißem Wasser übergießen und ca. 10 min ziehen lassen).
5. Salat in mundgerechte Stücke, Gurke in Stifte schneiden. Karotte raspeln oder eine Julienne-Schneider verwenden. Rote Zwiebel/Frühlingszwiebel in Ringe schneiden und Kräuter zupfen.
6. Für das Dressing alle Zutaten verrühren.
7. Reismudeln, Gemüse und Tofu anrichten, Erdnüsse und Röstzwiebeln darüber streuen und Dressing darüber geben. Optional: Mit je 1/2 TL Sriracha und 1 Limetten-Spalte servieren.