Cremige Gochujang-Erdnuss-Nudeln Mit Tofu

Cremige, würzige Nudeln mit leichter Schärfe und Tiefe. Erdnussbutter sorgt für Sämigkeit, Gochujang für Umami und Hitze, Brokkoli bringt Frische, Räuchertofu Biss. Ein echtes Alltagsgericht ohne Kompromisse – schnell, sättigend, richtig gut. Für richtig gute Pasta zählt vor allem das Timing. Die Nudeln kommen knapp al dente in die Sauce und ziehen dort fertig, damit Geschmack und Cremigkeit wirklich an jeder Oberfläche haften. Für 4–6 Personen ist das ein verlässliches Hauptgericht mit klaren Aromen und überschaubarem Aufwand. Die Gesamtzeit liegt bei etwa 35 Minuten; vieles davon läuft nebenbei.

4–6 Portionen | 35 Min. | 25 g Protein | 100% vegan

Zutaten

- 500 g Nudeln (Udon, Weizennudeln oder Spaghetti)
- 300 g Räuchertofu
- 1 grosser Brokkoli
- 1 rote Peperoni
- 3 Frühlingszwiebeln
- 2 EL neutrales Öl
- 4 EL Erdnussbutter, cremig
- 2–3 EL Gochujang
- 3 EL Sojasauce
- 1 EL Reisessig oder Limettensaft
- 1 TL Ahornsirup oder Zucker
- 1–2 Knoblauchzehen, fein gerieben
- 150–200 ml heisses Nudelwasser
- Gerösteter Sesam
- Chiliöl oder Chiliflocken nach Geschmack

Zubereitung

01 Nudeln in Salzwasser kochen, dabei etwas Nudelwasser aufbewahren.

02 Brokkoli in kleine Röschen teilen und die letzten zwei Minuten mit den Nudeln mitkochen oder separat dämpfen.

03 Tofu würfeln und in neutralem Öl rundum goldbraun anbraten, Peperoni in Streifen kurz mitbraten.

04 Erdnussbutter, Gochujang, Sojasauce, Reisessig, Ahornsirup und Knoblauch glatt rühren und nach und nach heisses Nudelwasser unterziehen, bis eine cremige Sauce entsteht.

05 Nudeln, Brokkoli und Sauce zur Pfanne geben und alles gut vermengen, Konsistenz bei Bedarf mit weiterem Nudelwasser anpassen.

06 Frühlingszwiebeln unterheben, abschmecken und mit Sesam sowie Chiliöl servieren.