

# Cold 'n' Crunchy Soba Noodle Salad

with Crushed Peanuts

15 Minutes

## Start here

Before starting, wash and dry all produce.

## Bust out

Measuring spoons, large bowl, measuring cups, whisk, large pot

## Ingredients

	1 Person
Soba Noodles	90 g
Lime	1
Sweet Bell Pepper	160 g
Green Onion	1
Soy Sauce	2 tbsps
Peanut Butter	1½ tbsps
Peanuts, chopped	28 g
Carrot, julienned	56 g
Cilantro	7 g
Garlic, cloves	1
Sesame Oil	1 tbsps
Sugar*	¼ tsp

\* Pantry items

## Allergens

Hey home cooks! Please refer to the website or app for the as-prepared recipe nutritional information.

*Ingredients are packaged in a facility that also handles egg, fish, crustacean, shellfish, milk, mustard, peanuts, sesame, soy, sulphites, tree nuts and wheat.*



## Cook noodles

- Add **5 cups hot water** to a large pot. Cover and bring to a boil over high heat.
- Add **noodles** to the **boiling water**. Cook uncovered, stirring occasionally, until tender, 8-9 min.
- Drain, then rinse **noodles** under **cold water**.



## Assemble and serve

- Add **noodles, carrots, peppers, half the green onions, half the cilantro** and **half the peanuts** to the large bowl with **sauce**. Toss until everything is coated in **sauce**.
- Transfer **soba noodle salad** to a serving bowl and sprinkle **remaining green onions, remaining peanuts** and **remaining cilantro** over top.



## Prep and make sauce

- Juice **lime**.
- Core, then cut **pepper** into ¼-inch slices.
- Thinly slice **green onion**.
- Roughly chop **cilantro**.
- Peel, then mince or grate **garlic**.
- Whisk **soy sauce, peanut butter, 2 tsp sesame oil, 2 tsp lime juice, ½ tsp garlic, ¼ tsp sugar** and **2 tsp warm water** together in a large bowl.

# Salade froide et croustillante de nouilles soba avec arachides broyées

avec arachides broyées

15 minutes

## D'abord

Avant de commencer, laver et sécher les fruits et légumes.

## Matériel requis

Cuillères à mesurer, grand bol, tasses à mesurer, fouet, grande casserole

## Ingrédients

	1 personne
Nouilles soba	90 g
Lime	1
Poivron	160 g
Oignon vert	1
Sauce soja	2 c. à soupe
Beurre d'arachide	1½ c. à soupe
Arachides, hachées	28 g
Carotte, en juliennes	56 g
Coriandre	7 g
Gousses d'ail	1
Huile de sésame	1 c. à soupe
Sucre*	¼ c. à thé

\* Essentiel à avoir à la maison

## Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

*Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.*



## Cuire les nouilles

- Dans une grande casserole, ajouter **5 tasses d'eau chaude**. Couvrir et porter à ébullition à feu élevé.
- Ajouter les **nouilles** à l'**eau bouillante**. Cuire à découvert de 8 à 9 min ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres, en remuant à l'occasion.
- Égoutter les **nouilles**, puis les rincer à l'**eau froide**.



## Assembler et servir

- Dans le grand bol contenant la **sauce**, ajouter les **nouilles**, les **carottes**, les **poivrons**, la **moitié** des **oignons verts**, la **moitié** de la **coriandre** et la **moitié** des **arachides**. Remuer pour bien enrober.
- Transférer la **salade de nouilles soba** dans un bol de service, puis parsemer du **reste** des **oignons verts**, du **reste** des **arachides** et du **reste** de la **coriandre**.



## Préparer et faire la sauce

- Presser la **lime**.
- Évider, puis couper le **poivron** en lanières de 0,5 cm (¼ po).
- Émincer l'**oignon vert**.
- Hacher grossièrement la **coriandre**.
- Peler, puis émincer ou presser l'**ail**.
- Dans un grand bol, mélanger au fouet la **sauce soja**, le **beurre d'arachide**, **2 c. à thé d'huile de sésame**, **2 c. à thé de jus de lime**, **½ c. à thé d'ail**, **¼ c. à thé de sucre** et **2 c. à thé d'eau tiède**.