

Marinierter Tofu mit Knoblauch und Ingwer

VORBEREITEN

4,25
Std.

ZUBEREITEN

20
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Personen

400 g Tofu
60 ml heißes Wasser
2 Esslöffel brauner Zucker
120 ml Sojasauce
60 ml Reisessig
1 Teelöffel Paprikapulver
2 Teelöffel frischer Ingwer
2 Knoblauchzehen
1 Esslöffel Olivenöl
2 Frühlingszwiebeln

- 1 -

Tofu zunächst auspressen. Dafür diesen zwischen etwas Küchenpapier legen und mit einem Buch o.Ä. beschweren, 10 Minuten liegen lassen. Anschließend in etwa 4 cm dicke Scheiben schneiden.

- 2 -

Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken.

- 3 -

Wasser in einem kleinen Topf erhitzen und Zucker darin auflösen. Anschließend das Zuckerwasser mit Knoblauch, Ingwer, Sojasauce, Reisessig und Paprikapulver in einer Schüssel vermischen.

- 4 -

Die Tofuscheiben in die Marinade legen und für mindestens 4 Stunden abgedeckt ziehen lassen. Währenddessen Frühlingszwiebeln waschen und in dünne Ringe schneiden.

- 5 -

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die marinierten Tofuscheiben goldbraun braten und mit Frühlingszwiebeln servieren.