

Veggienara mit Räuchertofu

Räuchertofu in 2-3 mm dünne Streifen schneiden. In Olivenöl knusprig anbraten und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Chilischote in feine Streifen schneiden, Zwiebel und Knoblauch fein würfeln und alles in Öl anrösten. Mit Weißwein ablöschen, 2 min einkochen lassen. Nudelwasser aufsetzen. Dann das Gemüse mit Sojasahne aufgießen und mit Salz, Pfeffer, Oregano und Zitronensaft verfeinern.

Die getrockneten Tomaten kleinschneiden. Soße kurz aufkochen lassen, Erbsen, Tomaten und Tofu hinzufügen und kurz köcheln lassen. Wenn gewünscht, mit Muskatnuss und Gemüsebrühe abschmecken. Zum Schluss 50-100 ml vom Nudelwasser einrühren, damit die Masse schön cremig wird. Petersilie hacken, Zucchini mit einer Raspel in Streifen hobeln und beides in die Soße geben.

Spaghetti kochen. Ca. 50 ml Nudelwasser mit 1 EL Olivenöl vermischen und die Nudeln darin gut durchschwenken. Anrichten und Soße darüber geben.

Tipp: Dazu passen sehr gut in Margarine geröstete Salbeiblätter!

für 2 Portionen

200 g	Räuchertofu
½	Chilischote
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
2-3 EL	Olivenöl
50 ml	Weißwein
350 ml	Sojasahne
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
etwas	Oregano, getrocknet
½ TL	Zitronensaft
2-3	eingelegte getrocknete Tomaten
50 g	Erbsen
etwas	Muskatnuss
etwas	Gemüsebrühe, gekörnt
1 Bund	glatte Petersilie
½	Zucchini
250 g	Spaghetti

