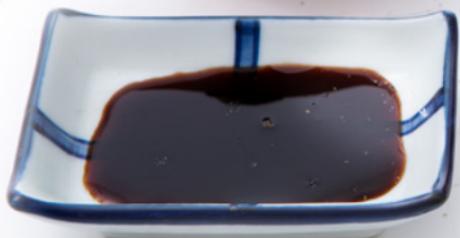




TOFU NATUR

KNUSPRIGE TOFUWÜRFEL



1. Tofu trocken tupfen und in 1 cm große Würfel schneiden.
2. Sesam in der Pfanne ohne Öl rösten und beiseitestellen.
3. Die Tofuwürfel mit dem Bratöl von allen Seiten auf mittlerer Hitze goldbraun anbraten.
4. Mit der Sojasoße ablöschen und weitergaren, bis die Feuchtigkeit in der Pfanne verdunstet ist.
5. Zum Schluss die gerösteten Sesamkörner hinzufügen.
6. Dazu einen Blattsalat reichen oder die Tofuwürfel in Gemüse-, Reis- oder Nudelgerichten weiterverarbeiten.



1 Pckg. Taifun Tofu natur 200 g
 3 EL Bratöl
 5 EL Sojasoße
 2 EL Sesam



Probieren Sie dieses Rezept auch einmal mit gerösteten Sonnenblumenkernen!