

Marinierter Räuchertofu, Basilikum-Pesto, Rahm-Fenchel

Für zwei Personen

Für den Räuchertofu:

350 g Räuchertofu	1 rote Chilischote	2 EL helle Sesam-Samen
1 EL Agavendicksaft	100 ml Balsamico	Öl

Für das Basilikumpesto:

1 Zitrone	100 g Pinienkerne	200 ml Olivenöl
1 Bund Basilikum	Salz	Pfeffer

Für den Rahmfenchel:

2 Knollen Fenchel	1 Zitrone	200 ml Gemüsefond
200 ml Sojasahne	Öl	Salz
Pfeffer		

Für das Kürbispüree:

1 Hokkaido-Kürbis	1 Zitrone	20 g Kürbiskerne
400 ml Gemüsefond	20 ml Kürbiskernöl	Salz
Pfeffer		

Den Backofen auf 200 Grad Ober/Unterhitze vorheizen.

In einem Topf Gemüsefond erhitzen.

Für das Püree Kürbis 15 Minuten in den Ofen geben. Danach halbieren, aushöhlen, würfeln und in einem Topf mit dem Gemüsefond fertig garen. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Kürbis stampfen, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und vor dem Servieren mit Kürbiskernöl verfeinern.

Den Fenchel waschen und in Streifen schneiden. In etwas Öl scharf anbraten, mit Gemüsefond aufgießen und köcheln lassen. Sojasahne angießen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Für den Räuchertofu Sesam rösten. Tofu in Scheiben schneiden. In einer Pfanne Öl erhitzen und Tofu von beiden Seiten anbraten, bis er goldbraun ist. Chilischote halbieren, entkernen und klein schneiden. Balsamico-Essig einkochen und mit Agavendicksaft und Chili abschmecken.

Gebratenen Räuchertofu darin wenden und mit geröstetem Sesam bestreuen.

Für das Pesto Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Zitrone halbieren und auspressen. Basilikum waschen und zupfen. Basilikumblätter, Olivenöl und Pinienkerne fein mixen. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.

Marinierten Räuchertofu mit Basilikumpesto, Rahmfenchel und Kürbispüree auf Tellern anrichten und servieren.

Marko Dietrich am 04. Januar 2016