

Tofu auf Toast mit Gemüse und Erdnuss-Zitronengras-Soße

Für 4 Personen

Für das Gemüse:

1 Karotte	100 g Rettich	1/2 Salatgurke
1/2 Radicchio	400 ml Wasser	2 EL Reissessig
2 TL Kokosblütenzucker	1/2 TL Himalajasalz	1 Bund Koriander
6 Eiswürfel		

Für die Sauce:

1 Stängel Zitronengras	5 Kaffirlimettenblätter	4 EL Kokosmilch
1 EL Ahornsirup	2 TL Chili-Sauce	1 TL Tamarindenpaste
2 EL Erdnussmuss, geröstet	2 TL Limettensaft	1/2 TL Pfeffer
1 Prise Zimt		

Zusätzlich:

400 g Tofu	8 Vollkorntoastscheiben	30 g Kopfsalatblätter
Limettensaft	100 g geröstete Erdnüsse	

Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen.

Karotte und Rettich schälen, die Enden abschneiden, mit einem Sparschäler feine Scheiben schneiden. Die Gurke vierteln, das Innere mit den Kernen etwas abschneiden, die Gurkenstücke in ganz feine Scheiben schneiden.

Radicchio oder Rotkohl putzen, waschen und in feine Streifen schneiden.

Das Wasser mit Essig, Kokosblütenzucker und Salz in einer Schüssel gut vermischen, das Gemüse und den frischen Koriander zusammen mit den Eiswürfeln darin mindestens 20 Minuten einlegen.

Für die Sauce vom Zitronengras die Enden abschneiden. Zitronengras fein schneiden. Kaffirlimettenblätter abbrausen, den Stiel entfernen und fein schneiden. Dann Zitronengras, Limettenblätter, Kokosmilch, Ahornsirup, Chili-Sauce, Tamarindenpaste, Erdnussmuss, Limettensaft, Pfeffer und Zimt in einen Mixer geben und glatt mixen.

Den Tofu in 1 cm dicke Scheiben schneiden und gut mit der Sauce bestreichen. Dann auf das vorbereitete Blech legen und im vorgeheizten Ofen 15 Minuten backen.

Dann die Tofuscheiben wenden und die Toastscheiben mit auf das Blech legen und weitere 10 Minuten backen, bis sie goldbraun sind. Toastscheiben zwischendurch wenden. Das Blech aus dem Ofen nehmen und alles etwas auskühlen lassen.

Das Gemüse in ein Sieb schütten und gut abtropfen lassen.

Alle Toastscheiben mit der restlichen Sauce bestreichen, jeweils 1-2 Salatblätter darauf geben, die Hälfte der Brotscheiben mit gebackenem Tofu belegen, 1 Handvoll eingelegtes Gemüse darauf verteilen und mit Limettensaft beträufeln und einige gehackte Erdnüsse darüber streuen. Mit den restlichen Brotscheiben bedecken.

Die Toasts servieren. Man isst sie am besten aus der Hand.

Nadia Damaso am 17. September 2018