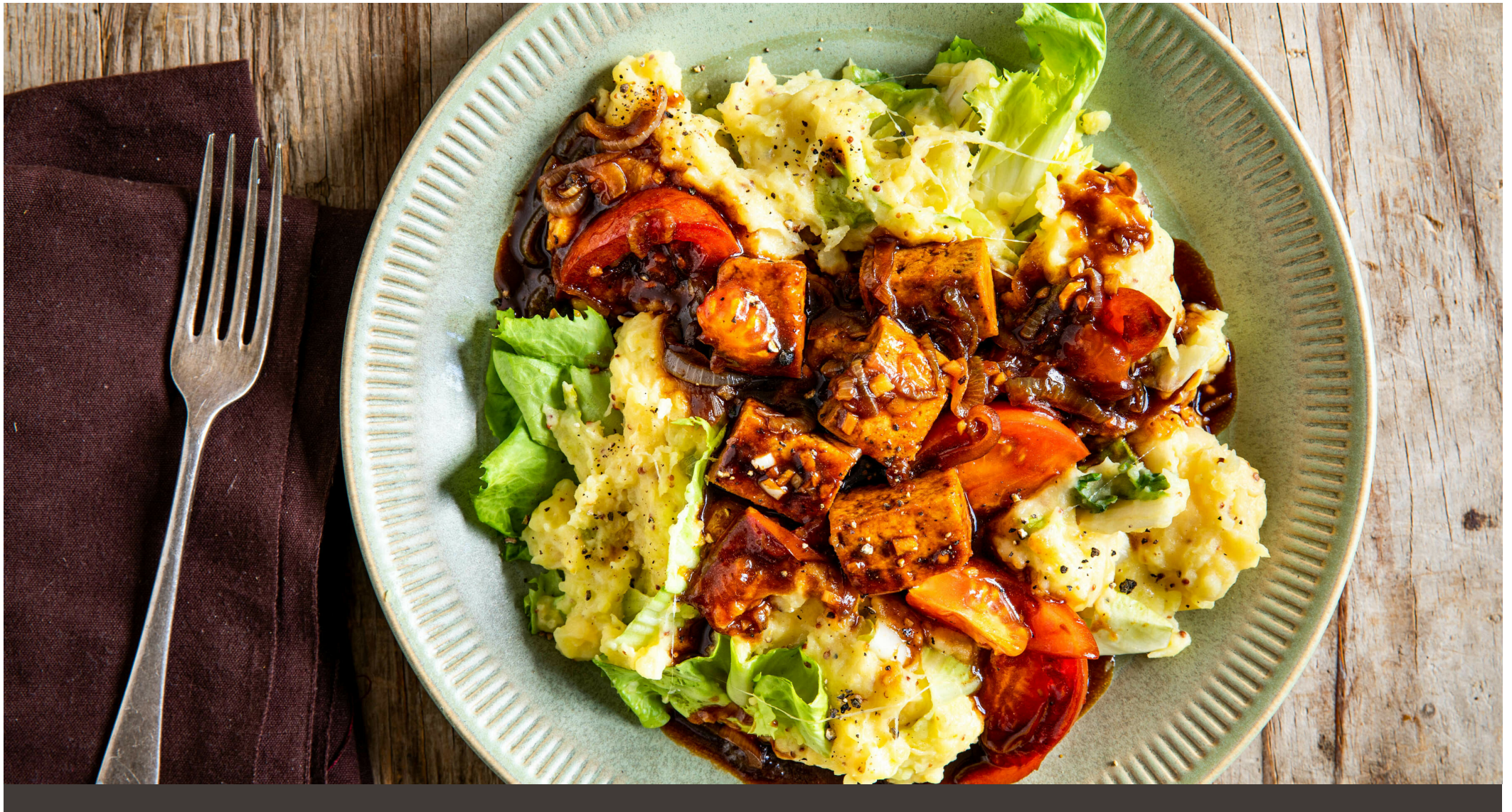




Tofu in würziger Ketjap-Manis-Sauce

auf Kartoffel-Endivien-Stampf mit Käse



ca. 40min



3-4 Personen

Die Basis des heutigen lukullischen Leckerbissens ist ein himmlisch cremiger Kartoffelstampf, der durch frische Endivie, körnigen Senf und geschmolzenen Gouda die schnöde Welt „normaler“ Kartoffelgerichte hinter sich lässt und mühelos völlig neue Höhen erreicht. Und als wäre das noch nicht alles: Das Topping aus gebratenen Tofuwürfeln in einer aromatischen Tomatensauce mit Ketjap Manis hat es ebenfalls in sich. Erstklassig!

Was du von uns bekommst

- 2 Packungen mehligkochende Kartoffeln
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Tomaten
- 1 Endivie
- 2 Packungen Tofuwürfel ⁶
- 1 Packung Ketjap Manis ⁶
- 2 Päckchen BBQ-Sauce ^{9,10}
- 2 Päckchen körniger Senf ¹⁰
- 1 Packung geriebener Gouda ⁷

Was du zu Hause benötigst

- 1TL Weizenmehl ¹
- 2EL Butter ⁷
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Sparschäler
- Messbecher
- Kartoffelstampfer
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Milch (7), Sellerie (9), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 543kcal, Fett 20.9g, Kohlenhydrate 65.3g, Eiweiß 22.7g



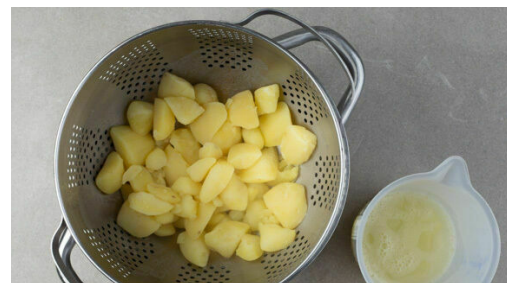
1. Gemüse schneiden

In einem großen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die Kartoffeln schälen und grob würfeln. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Die **Tomaten** in dünne Spalten schneiden.



4. Tofu braten

Den **Tofu** und die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze ca. 5Min. unter gelegentlichem Rühren braten, bis der **Tofu** rundum appetitlich gebräunt ist und die **Zwiebeln** weich sind.



2. Kartoffeln kochen

Die **Kartoffeln** in das kochende Wasser geben und in 12-15Min. bissfest kochen. Mit einem Messbecher ca. **200ml Kochwasser** abschöpfen, dann die **Kartoffeln** in einem Sieb abtropfen lassen und zurück in den Topf geben.



5. Sauce zubereiten

Den **Knoblauch** und 1TL Mehl unterrühren und ca. 1Min. mitbraten, dann die **Tomaten**, das **Ketjap Manis**, die **BBQ-Sauce**, 2 Prisen Salz und 100ml Wasser dazugeben und 5-6Min. köcheln lassen, bis die **Tomaten** gar sind und eine dickflüssige **Sauce** entstanden ist. Die Pfanne vom Herd nehmen.



3. Endivie vorbereiten

Die **Endivie** in mundgerechte Stücke schneiden und mit 1-2EL Essig vermengen.



6. Kartoffeln stampfen

Die **Kartoffeln** mit dem **Senf**, 2EL Butter und **150-200ml Kochwasser** cremig zerstampfen und den **Käse** unterheben. Die **Endivienstücke** untermengen und den **Stampf** nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen. Den **Tofu** mit der **Sauce** auf dem **Stampf** anrichten und servieren.