



Superfix: Baos mit mariniertem Tofu

und Krautsalat mit Apfel und Erdnüssen



ca. 20min



3-4 Personen

Beim heutigen Mahl dreht sich alles um die richtige Kombination: Es gibt fluffige Bao Buns und frischen Krautsalat. Der Tofu für die Bao-Füllung wird in einer unwiderstehlichen Mischung aus Ahornsirup und Sojasauce glasiert; dazu kommt die klassische Kombo aus Mayonnaise und Sriracha. Der Salat verbindet die frische Säure von Äpfeln, Limette und Sellerie mit knusprigen Erdnüssen. Vegan, schnell gemacht und super lecker!

- 8 asiatische Hefebrötchen ¹
- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Äpfel
- 2 Stangensellerie ⁹
- 500g Weißkohl-Gemüse-Mix
- 2 Päckchen Ahornsirup
- 50ml Sojasauce ^{1,6}
- 2 Packungen Bio-Tofu, mariniert ⁶
- 2 Päckchen Sriracha-Sauce
- 100g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ⁵

- 4EL vegane Mayonnaise
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

- großer Topf mit Dämpfeinsatz und Deckel
- Backpapier
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Energie 943kcal, Fett 49.7g,
Kohlenhydrate 93.3g, Eiweiß 27.8g



Einen großen Topf bis unter den Dämpfeinsatz mit Wasser füllen und das Wasser zum Kochen bringen. **Tipp:** Statt dem Dämpfeinsatz kann auch ein passendes Sieb verwendet werden. Den Dampfbehälter mit Backpapier auslegen, die **Hefebrötchen** hineingeben und ca. 7Min. abgedeckt dämpfen, bis sie weich und fluffig sind. Die **Brötchen** ggf. in zwei Durchgängen dämpfen. **Vorsicht**, heißer Dampf!



Den **Ahornsirup** mit der **Sojasauce** und 3EL Essig verrühren. In einer großen Pfanne 2EL Pflanzenöl bei starker Hitze erwärmen. Den **Tofu** in ca. 1cm große Würfel schneiden, ins heiße Öl geben und in ca. 5Min. rundum goldbraun braten. Die **Sauce** dazugeben und bei mittlerer bis niedriger Hitze 1-2Min. einköcheln lassen, bis sie dickflüssig und klebrig ist. Mit Pfeffer abschmecken.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**



Die **Limettenschalen** abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen.



Die **Sriracha-Sauce** mit 4EL veganer Mayonnaise verrühren.



Die **Äpfel** vierteln, entkernen und in ca. 0,5cm große Würfel schneiden. Den **Sellerie** quer in dünne Scheiben schneiden. Den **Limettensaft** mit 2EL Pflanzenöl, 2EL hellem Essig, 1EL Zucker und 1TL Salz verrühren, bis sich Salz und Zucker auflösen. Den **Gemüse-Mix** mit dem **Dressing** vermengen und durchkneten. Die **Äpfel**, den **Sellerie** und die **Limettenschale** untermengen.



Die Innenseiten der **Hefebrötchen** mit der **Sriracha-Mayo** bestreichen, dann nach Belieben mit dem **Krautsalat**, dem **Tofu** und einigen **Erdnüssen** füllen. Den **restlichen Krautsalat** mit den **restlichen Erdnüssen** garnieren und mit den **Baos** servieren.

Konto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**