



Superfix: Tofu-Tacos mit Asia-Gemüse

und pikantem Sweet-Chili-Dip



ca. 20min



2 Personen

Mit dieser delizösen Leckerei wird jeder Tag zum „Taco Tuesday“! Knackiges Asia-Gemüse sowie würziger und knusprig gebratener Tofu machen die verführerische Füllung aus, das Topping besteht aus crunchy Erdnüssen, aromatischem Koriander und einem cremig-veganen Dip mit Sweet-Chili-Sauce. Geschmack? Check! Spaßfaktor? Check! Schnell gemacht? Doppel-Check! Na, worauf wartest du noch?

- 1 unbehandelte Limette
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Ingwer
- 25g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ⁵
- 1 Packung Bio-Tofu, mariniert ⁶
- 25ml Sojasauce ^{1,6}
- 50ml Sweet-Chili-Sauce
- 10g Koriander
- 1 Packung Tortillas ¹
- 400g chinesischer Gemüsemix

- 2EL vegane Mayonnaise
- 1EL Speisestärke
- Salz
- Zucker
- Pflanzenöl

- Backofen
- Alufolie
- mittelgroße Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Energie 864kcal, Fett 41.4g,
Kohlenhydrate 95.1g, Eiweiß 27.6g



Den Backofen auf 175°C (155°C Umluft) vorheizen. Die **Limettenschale** abreiben und die **Limette** halbieren, **eine Hälfte** auspressen, die **andere Hälfte** in Spalten schneiden. Den **Knoblauch** und den **Ingwer** schälen und fein reiben. Die **Erdnüsse** grob hacken.



Den **Tofu** in 1EL Speisestärke oder Mehl wenden und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze in 5-8Min. rundum knusprig braten. Auf Küchentrepp abtropfen lassen und auf einem Teller im Ofen warm halten. Den **Koriander samt Stängeln** fein schneiden.



Den **Tofu** trocken tupfen und in ca. 2cm große Würfel schneiden. Die **Sojasauce** mit **1EL Limettensaft**, der **½ des Knoblauchs**, der **½ des Ingwers** und 1TL (braunem) Zucker zu einer **Würzsauce** verrühren. Den **Tofu** in der **Würzsauce** wenden, dann herausnehmen und trocken tupfen.



Die **Tortillas** aufeinanderstapeln, in Alufolie einwickeln und 3-4Min. im Ofen erwärmen.



2EL vegane Mayonnaise mit der **½ der Sweet-Chili-Sauce**, **1TL Limettensaft**, der **Limettenschale nach Geschmack** und 1-2EL Wasser verrühren.



Das **Gemüse** sowie den **restlichen Knoblauch** und **Ingwer** in der Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze 2-3Min. braten. Mit der **Würzsauce** ablöschen, 1-2Min. braten, mit Salz und **Limettensaft** abschmecken. Die **Tortillas** mit **Gemüse, Tofu, Koriander** und **Erdnüssen** füllen. Mit der **Sweet-Chili-Mayo** beträufeln und mit den **Limettenspalten** servieren.