



Süßkartoffeln mit Tofu-„Hacksauce“

Loaded-Fries-Style mit süßer Tomatensalsa



ca. 40min



3-4 Personen

Loaded Fries sind eines der besten Dinge, die je erfunden wurden: Pommes mit reichlich Toppings. Besser geht's nicht, oder? Wir backen uns diesmal knusprige Süßkartoffelpommes im Ofen und garnieren sie im Anschluss mit einer vegetarischen Tofu-„Hacksauce“ im Tex-Mex-Style. Danach kommen noch gebratene Paprika und eine süßliche, mit Zwiebelmarmelade verfeinerte Tomatensalsa obendrauf. Ein Hauch frische Limette, fertig – mmmh!

- 4 Süßkartoffeln
- 2 grüne Paprika
- 2 Lauchzwiebeln
- 3 Tomaten
- 3 Päckchen Zwiebelmarmelade

- Energie 618kcal, Fett 30.3g,
Kohlenhydrate 60.1g, Eiweiß 19.8g



A white rectangular cutting board is shown against a grey background. On the board are several ingredients: a large pile of crumbled, light-colored tofu on the right; a long, vertical pile of finely chopped fresh green cilantro in the center; a small pile of minced garlic on the upper left; and several lime wedges on the lower left.

A top-down view of a round glass bowl with a brown rim, filled with a salad. The salad consists of large, irregular chunks of bright red tomatoes, smaller pieces of green bell peppers, and thin slices of green onions. The ingredients are coated in a dark, glossy dressing. The bowl is centered on a light gray, textured surface.

Das **Tomatenmark** zum **Tofu** geben und ca. 1Min. mitbraten, dann 150ml Wasser angießen und 2-3Min. einköcheln, bis sich eine dickflüssige **Sauce** bildet. Mit Salz und Zucker abschmecken. Die **Tofusauce**, die **Paprika** und die **Salsa** auf den **Süßkartoffelpommes** verteilen. Mit dem **übrigen Koriander** und der **Limettenschale** garnieren und mit den **Limettenspalten** servieren.