



Knusprig gebackener Tofu Buffalo-Style

mit Sellerie-Apfel-Salat und Fetadip



ca. 30min



2 Portionen

Das ursprüngliche Gericht stammt aus Buffalo, New York, und wird üblicherweise mit Geflügel zubereitet. Unsere vegetarische Version steht dem Original aber in nichts nach. Tofu aus dem Ofen wird mit einer süßlich-pikanten Sauce kombiniert. Dazu gesellen sich ein frischer Sellerie-Apfel-Salat und ein cremiger Fetadip mit Lauchzwiebeln als kühler Kontrast. Ein vegetarisches Soulfood, das sich schmecken lässt.

Was du von uns bekommst

- 2 Pck. Bio-Tofu ⁶
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Pck. geräuchertes Paprikapulver
- 50g Bio-Semmelbrösel ³
- 2 Pck. Sriracha-Sauce
- 1 Lauchzwiebel
- 50g Feta ⁴
- 1 Stück Knollensellerie ¹
- 1 Apfel

Was du zu Hause benötigst

- 5EL Weizenmehl ³
- 60ml Milch ⁴
- 2EL Butter ⁴
- 3EL Mayonnaise ²
- 1TL Honig
- ¼TL Senf ⁵
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

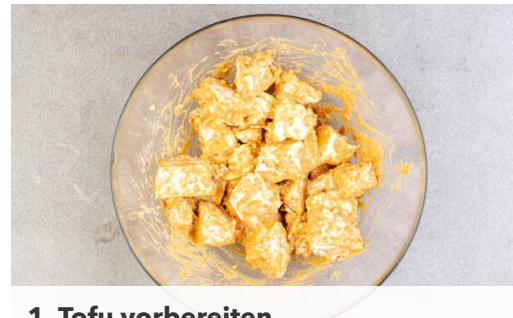
- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleiner Topf
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Küchenreibe

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

Kochtipp

If you have an air fryer, you can use it to crisp up the tofu instead of in the oven. // For cutting the celeriac and apple, use a mandoline, if you have one.

Allergene



1. Tofu vorbereiten

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Tofu** mit Küchenkrepp sanft auspressen und in mundgerechte Stücke schneiden, dann in einer Schüssel mit 1EL Mehl sowie je ½TL Salz und Pfeffer vermengen. Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln, und mit 4EL Mehl, 60ml Milch, das **Paprikapulver** und ½TL Salz zu einem glatten **Teig** verrühren, dann mit dem **Tofu** vermengen.



4. Dip zubereiten

Den **weißen Teil** und den **grünen Teil der Lauchzwiebel** getrennt in feine Ringe schneiden. **1EL des grünen Teils** für den Salat beiseitestellen. In einem hohen Gefäß den **Feta**, 2EL Mayonnaise, 2TL Essig, die **restlichen Lauchzwiebeln** und 1EL Wasser zu einem cremigen **Dip** verrühren. Je nach gewünschter Konsistenz ggf. mehr Wasser hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

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



2. Tofu backen

Den **Tofu** mit den **Semmelbröseln** vermengen, sodass alles gleichmäßig bedeckt ist. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben, mit 2EL Pflanzenöl vermengen und in 20-25Min. im Ofen goldbraun backen. Den **Tofu** nach der Hälfte der Backzeit wenden.



5. Salat zubereiten

In einer großen Schüssel 1EL Mayonnaise mit 1TL Essig, ¼TL Senf, sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer und einem Tropfen Honig zu einem **Dressing** verrühren. Den **Sellerie** schälen und reiben. Den **Apfel** vierteln, dabei das Kerngehäuse entfernen, dann reiben. Den **Sellerie**, den **Apfel** und die **reservierten Lauchzwiebeln** mit dem **Dressing** vermengen. Nach Geschmack würzen.



3. Sauce zubereiten

Währenddessen in einem kleinen Topf 2EL Butter schmelzen. Die **Sriracha-Sauce**, 2TL Essig, 1TL Honig, 2TL warmes Wasser und je 1 kräftige Prise Salz und Pfeffer in den Topf geben und zu einer **Sauce** verrühren. Beiseitestellen, bis der **Tofu** gebacken ist.



6. Tofu verfeinern

Den **Salat** mit Salz abschmecken. Sobald der **Tofu** gebacken und noch warm ist, mit der **Sauce** vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Tofu** mit dem **Sellerie-Apfel-Salat** anrichten und mit dem **Fetadip** servieren.

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. #marleyspooning