



Dim-Sum-Pasta mit Tofu

in würziger Champignon-Lauch-Sauce



20-30min



2 Personen

Heute gibt es neben dem gewohnten guten Geschmack zusätzlich noch eine Portion Kunst auf den Teller. Wir wagen nämlich den postmodernen Versuch, chinesische Dumplings zu dekonstruieren: Dabei finden in chinesischer Bohnensauce gebratene Champignons, Lauch und Tofu in ungewöhnlicher Komposition mit umfunktionierten Lasagneplatten ihren ganz eigenen geschmacklichen Ausdruck. Lauchzwiebeln und Chili vollenden das essbare Kunstwerk!

Was du von uns bekommst

- 250g frische Lasagneblätter ^{1,3}
- 1 Packung Tofuwürfel ⁶
- 1 Packung braune Champignons
- 1 Stange Lauch
- 1 Stück Ingwer
- 2 Packungen Schwarze Bohnensauce ^{1,6}
- 1 Päckchen Gemüsebrühwürz
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Päckchen geröstetes Sesamöl ¹¹
- 1 Päckchen Chiliflocken

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- großer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 768kcal, Fett 24.4g, Kohlenhydrate 97.8g, Eiweiß 37.1g



1. Zutaten vorbereiten

In einem großen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum kochen bringen. Den **Tofu** mit den Fingern grob zerkrümeln. Die **Pilze** ggf. säubern und in dünne Scheiben schneiden. Den **Lauch** längs halbieren und quer in dünne Streifen schneiden schneiden.



4. Pasta kochen

Die **Lasagneblätter** der Länge nach in breite Streifen schneiden. In das kochende Wasser geben und in 3-4Min. bissfest kochen, dabei ab und an vorsichtig umrühren, um die **Pasta** voneinander zu lösen.



2. Zutaten braten

Den **Tofu**, die **Pilze** und den **Lauch** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 6-7Min. braten, bis der **Lauch** weich wird. Ggf. am Ende die Hitze erhöhen und die Garzeit um ca. 2Min. verlängern, bis evtl. noch vorhandene Flüssigkeit verdampft ist. Nebenher den **Ingwer** schälen und fein reiben.



5. Dressing zubereiten

Die **Lauchzwiebeln** in dünne Ringe schneiden und mit dem **Sesamöl**, 1EL (hellem) Essig und **1 Prise Chiliflocken** verrühren. **Tipp:** Wer mag, kann auch mehr **Chiliflocken** verwenden.



3. Sauce fertigstellen

Die **Bohnensauce**, 100ml Wasser, den **Ingwer** und das **Brühwürz** dazugeben und alles 4-5Min. bei mittlerer Hitze garen. Falls notwendig, noch einmal 100ml Wasser zufügen, damit nichts anbrennt. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.



6. Anrichten und servieren

Die **Pasta** in ein Sieb abgießen, dann abwechselnd mit der **Tofu-Gemüse-Sauce** auf Teller schichten. Mit **Sauce** enden. Die **Dim-Sum-Pasta** mit dem **Dressing** garnieren und servieren.