



Tofu-Tacos mit gebratenem Asia-Gemüse

und veganer Sweet-Chili-Mayonnaise

20-30min 3-4 Personen

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

Was du von uns bekommst

- 2 unbehandelte Limetten
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Stücke Ingwer
- 50g Erdnüsse, geröstet & gesalzen⁵
- 2 Packungen Tofuwürfel⁶
- 75ml Sojasauce^{1,6}
- 1 Packung Tortillas¹
- 50ml Sweet-Chili-Sauce
- 3 Päckchen vegane Mayonnaise^{10,12}
- 10g Koriander
- 800g chinesischer Gemüsemix

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Speisestärke oder Mehl
- 2TL Honig oder brauner Zucker
- Salz
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen und Alufolie
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Allergene

Gluten (1), Erdnüsse (5), Sojabohnen (6), Senf (10), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 773kcal, Fett 39.2g, Kohlenhydrate 83.9g, Eiweiß 22.5g



1. Zutaten vorbereiten

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



4. Mayonnaise verfeinern

3/4 der Sweet-Chili-Sauce oder mehr nach Geschmack mit der **Mayonnaise**, **2TL Limettensaft**, der **Limettenschale nach Geschmack** und **2EL Wasser** verrühren.



2. Tofu einlegen

Den **Tofu** trocken tupfen. Die **Sojasauce** mit **3EL Limettensaft**, der **1/2 des Knoblauchs**, der **1/2 des Ingwers** und 2TL Honig oder braunem Zucker zu einer **Würzsauce** verrühren und mit dem **Tofu** vermengen.



5. Tofu braten

Den **Tofu** aus der **Würzsauce** nehmen und leicht trocken tupfen, die **Würzsauce** aufbewahren. Den **Tofu** in 2EL Speisestärke oder Mehl wenden und in einer großen Pfanne mit 2-3EL Pflanzenöl bei starker Hitze in 5-8Min. rundum knusprig braten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen und auf einem Teller im Ofen warm halten. Den **Koriander** samt **Stängeln** fein schneiden.



3. Tortillas erwärmen

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



6. Gemüse braten

Das **Gemüse** sowie den **übrigen Knoblauch und Ingwer** in der Pfanne mit 2EL 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.