

Curry - Tofu - Grüner

Kategorien: Eingelegte, Eingemacht

Zutaten für: 5 Portionen

ETWAS SCHARF

400	Gramm	Schnittfester Tofu
1	Dose	Bambussprossen (540 g Abtropfgewicht)
100	Gramm	Gruene thailaendische Basilikumblaetter (Bai Horapha)
5		Kaffir-Zitronenblaetter
1		Rote Peperoni
400	ml	Kokosmilch
1	Essl.	Scharfe gruene Currypaste
3	Essl.	Helle Sojasauce
1/2	Teel.	Salz
2	Essl.	Palmzucker Oder Rohrzucker

Anleitung:

1. Den Tofu unter fliessendem kaltem Wasser abspuelen, abtropfen lassen und in etwa 4 cm lange, 1 1/2 cm breite und 1 cm hohe Stuecke schneiden. Die Bambussprossen abspuelen, der Laenge nach halbieren und in feine Scheiben schneiden.

2. Die Basilikum- und die Zitronenblaetter waschen und trockenschuetteln. Die Zitronenblaetter der Laenge nach aufrollen und in haarfeine Streifen schneiden. Die Peperoni waschen, entstielen, der Laenge nach halbieren und ebenfalls in feine Streifen schneiden.

3. Von dem dicken Teil der Kokosmilch 3 Essloeffel abnehmen und in einem Topf zum Kochen bringen. Die Currypaste einruehren und etwa 3 Minuten bei schwacher Hitze unter staendigem Ruehren kochen lassen. Die Tofustuecke und die Zitronenblaetterstreifen in die Currymilch geben und noch 1 Minute mitkoecheln lassen.

4. Die restliche Kokosmilch, 1/4 l Wasser, die Bambusscheiben, die Sojasauce, das Salz und den Palmzucker dazugeben. Alles etwa 3 Minuten bei schwacher Hitze garen. Die Basilikumblaetter und die Peperoni unterheben. Den Curry-Tofu noch einmal mit Salz und Palmzucker abschmecken.

Gruener-Curry-Tofu ist ein besonders scharfes Gericht. Deshalb probieren Sie am besten aus, welche Schaerfe Ihnen zusagt, und dosieren die Paste zu Anfang vorsichtig, dann nach Geschmack

" Ich wuensche Ihnen stets gutes gelingen "

Ihr Konrad Heizmann
www.Heizmanns-Rezepte.de