

Knuspriger Tofu mit Pak Choi



PORTIONEN

2

ZUTATEN

- 150 g Vollkornreis
- 15-20 g Shiitakepilze, getrocknet*
- 15 g Sesamsamen
- 250 g Tofu
- 3-4 EL Kokosöl
- 4-5 Köpfe Pak Choi
- 3 Knoblauchzehen
- 1 daumengroßes Stk. Ingwer
- 1 Zwiebel
- 1 Chilischote (alt. 1 TL Sambal Oelek)
- 2 EL Rapsöl
- ½ Gurke
- 1 Stange Lauchzwiebel
- n.B. Sesamöl
- n.B. Sojasauce als Dip

für die Sauce

- 2 EL Sojasauce
- 2 EL Reisweinessig
- 2 EL Wasser
- 1 EL Kokosblütenzucker

NIARIA