

Sojamedaillons

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

12 Sojamedaillons

Öl

Pfeffer

Salz

- Sojamedaillons mit kochendem, gesalzenem Wasser bedeckt etwa 20 Minuten ziehen lassen.
- Abgießen, gut ausdrücken.
- Öl in der Pfanne erhitzen, salzen, Medaillons von beiden Seiten kross braten.
- Mit Pfeffer und Salz würzen.



Dazu passen: Nudeln oder Reis mit brauner Sauce (saucebaukasten) .