

Tofu in Sesamkruste

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

1/2 Pk (200 g) Tofu
1/5 T Gemüsebrühe
2 EL Sojasauce
1/2 T Sesam
2-3 EL Mehl
3-4 EL Wasser
Öl
Salz

- Tofu in 4-5 Millimeter dicke Scheiben schneiden.
- In Gemüsebrühe und Sojasauce eine Stunde marinieren, dabei nach einer halben Stunde wenden.
- Öl mit etwas Salz in einer Pfanne heiß werden lassen.
- Mehl mit Wasser zu einem Brei anrühren, Tofuscheiben darin und anschließend im Sesam wenden.
- Tofuscheiben auf beiden Seiten knusperig braten.

Tip: Schmeckt auch kalt auf Brot.