

auch als Fingerfood geeignet

Tofu-Knusperwürfel

für 2-3 Personen

Zutaten

200 g Tofu, 1 Esslöffel Sojasauce, 1 Esslöffel Weizenmehl, 1 Esslöffel Hefeflocken, 1 Teelöffel Paprikapulver edelsüß, 1 Teelöffel Curry, 1 Teelöffel Salz, 0,5 Teelöffel Pfeffer, 50 ml Wasser, 50 g Paniermehl, 50 g Cornflakes, 4 EL Öl zum Braten



Zubereitung

1. Tofu in Würfel schneiden (Kantenlänge ca. 15 mm).
2. Tofuwürfel mit der Sojasauce übergießen und diese mindestens 30 Minuten einziehen lassen.
3. Weizenmehl, Hefeflocken, Paprikapulver, Currypulver, Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen. Dann das Wasser dazugeben, bis eine cremige Masse entsteht.
4. Cornflakes in eine Plastiktüte geben und zerkleinern.
5. Cornflakes mit dem Paniermehl in einer kleinen Schüssel mischen.
6. Tofuwürfel erst in der Gewürz-Mehl-Mischung wälzen, dann in der Paniermehl-Mischung wälzen.
7. Anschließend ca. 3 Minuten in Öl anbraten, bis sie goldgelb sind.

Zeitbedarf

5 Minuten Vorbereitung, 30 Min einziehen, 15 Min fertigstellen

dazu paßt

Nudeln mit Gemüsesauce