Rezept

Knuspriger Kokos-Sesam-Tofu

Ein Rezept von Knuspriger Kokos-Sesam-Tofu, am 28.04.2024

Zutaten

450 g	Räuchertofu
4 EL	Limettensaft
1 EL	Currypulver
1 TL	gemahlener Kreuzkümmel
1 EL	Honig
50 g	Sesamsamen
200 ml	Kokosmilch
	Salz
1 TL	Kurkumapulver
	½ TL Cayennepfeffer
50 g	Kokosraspel
	Alufolie und Sesamöl zum Grillen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 365 kcal

Zubereitung

1. Den Tofu abtropfen lassen und gründlich trockentupfen. Tofu in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden, mit der Gabel mehrmals einstechen. Große Scheiben quer halbieren.

2. Kokosmilch mit Limettensaft, Gewürzen und Honig verrühren. Tofuscheiben in die Marinade legen und darin mindestens 5 Std. ziehen lassen. Dann die Kokosraspel und Sesamsamen in einem tiefen Teller mischen. Den Tofu aus der Marinade nehmen, in der Kokos-Sesam-Mischung wenden.

3. Den Grillrost mit Alufolie auslegen und mit Sesamöl bestreichen. Tofu darauf legen und mit etwa 10 cm Abstand zur Glut etwa 10 Min. grillen, dabei einmal vorsichtig wenden.