

## Rezept

# Gado Gado

Ein Rezept von Gado Gado, am 18.12.2025

## Zutaten

<b>4</b>	mittelgroße fest kochende Kartoffeln	<b>250 g</b>	grüne Bohnen
<b>2</b>	Möhren		1/2 Weißkohl
<b>150 g</b>	Sojabohnensprossen		Salz
<b>1</b>	kleinere Salatgurke	<b>3</b>	Eier (nach Belieben)
<b>150 g</b>	Tofu	<b>2</b>	Zwiebeln
	1/4 l Öl zum Frittieren	<b>1</b>	Zwiebel
<b>3</b>	Knoblauchzehen		2-3 frische oder getrocknete rote Chilischoten
<b>2 EL</b>	Öl	<b>200 g</b>	geröstete gesalzene Erdnüsse
	1/4 l Kokosmilch	<b>1 EL</b>	Tamarindenpaste (aus dem Glas) oder Zitronensaft
<b>4 EL</b>	Kecap manis (süße Sojasauce)		

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Reicht für 4 zum Sattessen oder für 6: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 680 kcal

## Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, waschen und in etwa 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Bohnen waschen und die Enden abknipsen. Die Möhren schälen und auch in 1/2 cm dicke Scheiben schneiden. Vom Weißkohl die äußeren welken Blätter abtrennen, den Rest halbieren und in feine Streifen schneiden, dabei den Strunk wegschneiden. Die Sojasprossen im Sieb abbrausen.
2. Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Vorbereitete Zutaten nacheinander darin garen: die Kartoffeln 10 Minuten, die Bohnen 10 Minuten, die Möhren 5 Minuten, den Kohl 2 Minuten, die Sprossen 1 Minute. Jeweils mit dem Schaumlöffel aus dem Topf fischen, in ein Sieb legen und kurz kaltes Wasser drüberlaufen lassen.
3. Die Gurke schälen und der Länge nach halbieren. Die Kerne mit einem Löffel rausschaben, die Gurke quer in feine Scheiben schneiden. Die Eier in 10-12 Minuten hart kochen und abkühlen lassen. Den Tofu in dünne Scheiben schneiden, salzen. Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. Öl erhitzen und die Zwiebelringe darin in etwa 6 Minuten goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier gut abtropfen lassen. Dann den Tofu 3 Minuten frittieren, abtropfen lassen.
4. Für die Sauce Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln. Frische Chilischoten waschen, entstielen und hacken, die getrockneten zerkrümeln. Zwiebel, Knoblauch und Chilis im Öl anbraten. Erdnüsse und Kokosmilch gut unterrühren und alles einmal aufkochen lassen. Mit Tamarindenpaste oder Zitronensaft und Kecap manis abschmecken. Im Mixer pürieren und abkühlen lassen. Wenn die Sauce zu dick ist, noch mit etwas Wasser verdünnen.
5. Alle Gemüse, die Sprossen und den Tofu auf vier Tellern oder auf einer großen Platte anrichten. Einen Teil der Sauce darüber verteilen, den Rest getrennt dazureichen. Eier schälen und achteln und mit den Zwiebelringen darauf verteilen. Servieren.