

## Rezept

# Tomaten-Tofu-Sandwich mit Kresse

Ein Rezept von Tomaten-Tofu-Sandwich mit Kresse, am 19.04.2024

## Zutaten

<b>2 EL</b> Walnusskerne	<b>125 g</b> Räuchertofu
<b>2</b> Baby-Romanasalate	<b>½ Bund</b> Brunnenkresse
<b>2 EL</b> Olivenöl	<b>1 EL</b> Sojasauce
<b>2 EL</b> passierte Tomaten	Salz
Pfeffer	<b>2</b> Tomaten
<b>8 Scheiben</b> Roggenbrot	<b>8 EL</b> Hummus

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 4 | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

## Zubereitung

1. Walnusskerne hacken. Tofu in Scheiben schneiden. Romanasalat putzen und längs so vierteln, dass er am Strunk noch zusammen hält. Brunnenkresse waschen, trocken schleudern und zerzupfen.

---

2. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Salat darin auf den Schnittflächen 2 Min. braten, herausnehmen.

---

3. Übriges Öl in die Pfanne geben, Tofu darin auf jeder Seite 1 - 2 Min. anbraten. Nach dem Wenden Nüsse zugeben.

---

4. Sojasauce und Tomaten verrühren und untermischen, beiseitestellen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

---

5. Tomaten waschen, in Scheiben schneiden. Brot toasten, mit Hummus bestreichen. 4 Scheiben mit Tomaten, Salat, Tofu und Kresse belegen. Mit Nüssen bestreuen. Je 1 Brotscheibe auflegen, leicht andrücken.