



Rezepte

Teil 1: Tofu-Steak

YouTube Link

https://youtu.be/Y_XgHjAtTil

Zutaten:

200 g Tofu

etwas Mehl

3 EL Sake oder Wein

2 EL Sojasoße

1 EL Zucker

etwas Salz und Pfeffer

- ① Tofu zurechtschneiden und 5-10 min abtropfen lassen.
- ② Tofu leicht mit Salz und Pfeffer würzen und in Mehl wälzen.
- ③ Öl in die Pfanne geben und die Steaks bei mittlerer Hitze goldbraun braten.
- ④ Tofu herausnehmen und die Pfanne mit Küchenpapier säubern.
- ⑤ Sake, Sojasoße und Zucker aufkochen lassen.
- ⑥ Tofu zurück in die Pfanne geben und mit der Soße marinieren.

