

Knuspriger Tofu

Das Rezept für den knusprig gebratenen Tofu mit Gewürzen gelingt in wenigen Minuten in der Bratpfanne.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 20 min



Zutaten

| | |
|-------|----------------------------------|
| 400 g | Tofu (festen) |
| 3 EL | Speisestärke |
| 1 TL | Knoblauchpulver |
| 1 TL | Paprikapulver (edelsüß) |
| | Salz und Pfeffer |
| | Pflanzenöl |

Zubereitung

1. Für den **knusprig gebratenen Tofu** den Tofu leicht auspressen und gründlich trocken tupfen. Anschließend in etwa 1 cm große Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Nun Speisestärke, Knoblauchpulver, Paprikapulver, Salz und Pfeffer hinzufügen und alles gut durchschütteln, bis die Tofu-Würfel rundum mit der Stärke-Gewürzmischung überzogen sind.
2. In einer Bratpfanne reichlich Pflanzenöl erhitzen und den Tofu portionsweise hineingeben. Achte darauf, dass die Würfel nebeneinanderliegen – so wird jede Seite richtig knusprig. Bei hoher, aber nicht maximaler Hitze den Tofu 3–5 Minuten ohne Rühren braten, bis die Unterseite goldbraun ist. Anschließend wenden und auch die zweite Seite knusprig braten. Zum Schluss alles einmal durchschwenken und weitere 2–3 Minuten braten, damit die Würfel rundum herrlich kross werden und keine rohe Stärke zurückbleibt. Den knusprigen Tofu servieren und nach Belieben mit frischen Kräutern und Sesam garnieren.

Unsere Empfehlung

Bratpfanne 32 cm, mit
kratzfester Titanium

antihalt-Beschichtung



[hier bestellen](#)



Tipp