Tofu aus der Heißluftfritteuse

Tofu aus der Heißluftfritteuse ist außen gleichmäßig knusprig, das Rezept gelingt mit wenig Fett.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Koch/Backzeit: 10 min

Gesamtzeit: 15 min



Zutaten

200 g	Tofu (fester)
2 EL	Sojasauce
1 TL	Knoblauchpulver
1 TL	Paprikapulver (mild, edelsüß)
1 TL	Speisestärke
0.5 EL	Olivenöl
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

1. Für knusprigen **Tofu aus der Heißluftfritteuse** den Tofu in kleine Würfel schneiden. In eine Schüssel geben, mit Sojasauce und Olivenöl zugeben und gut vermengen. Das Knoblauchpulver, Paprikapulver, Speisestärke, Salz und Pfeffer hinzugeben und mischen.

2. Die marinierten Tofu-Wüfel in den Frittierkorb der Heißluftfritteuse legen und bei 200 °C für 10 Minuten frittieren. Während der Garzeit ein bis zweimal durchschüttlen

Tipp