Tofu-Kokos Bällchen

Die Tofu-Kokos Bällchen sind eine willkommene Abwechslung zu Fleisch und mit diesem Rezept auch kinderleicht herzustellen.

Verfasser: JOYA

Arbeitszeit: 20 min

Gesamtzeit: 20 min

Foto: JOYA

Zutaten

400 g	Joya Tofu Natur
50 g	Kokosraspeln (ungesüßte)
2 EL	Sojasauce
3 Stk.	Frühlingszwiebeln (sehr fein geschnitten)
3 EL	Petersilie (fein gehackt)
3 Stk.	Knoblauchzehe (fein gehackt)
1 TL	Zucker (braunen)
0.5 Stk.	Zitronen (die abgeriebene Schale)
2 TL	Ingwer (frischen und fein gehackt)
0.5 TL	Currypulver
1 Stk.	Eiweiß
3 EL	Mehl
1 EL	Sojaöl

Zubereitung

1. Tofu trocken tupfen und mit der Gabel fein zerdrücken.

2. Tofu, Kokosraspeln, Sojasauce, Frühlingszwiebeln, Petersilie, Knoblauch, Zucker, Zitronenschale, Ingwer, Curry, Salz, Eiweiß und Mehl zu einer festen, geschmeidigen Masse verkneten. Bällchen (2,5 cm Durchmesser) formen.

3. Reichlich Öl erhitzen. Die Bällchen darin rundum knusprig ausbacken und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. (Eventuell im Ofen bei 60°C warmhalten.) Tofu-Kokos-Bällchen auf Wok-Gemüse anrichten.

Tipp

Die Tofu-Kokos Bällchen als Beilage servieren.