

# Pikante Tofuwürfel

## Zutaten für 3-4 Personen:

### **Gebratene Tofuwürfel:**

300 g Tofu  
350 g Wasser  
1 EL Salz  
1-2 EL Tamari (Sojasoße)

### Alternative Gewürze:

Paprikapulver, Zwiebelpulver,  
Hefeflocken, Basilikum  
1 EL Leinöl

### **Gekochte Tofuwürfel:**

300 g Tofu  
350 g Wasser  
1 EL Salz  
1 TL Gemüsebrühe (Pulver)  
1 EL Zitronensaft  
1 EL Leinöl  
Frische Kräuter: Schnittlauch,  
Petersilie, Dill

---

## Zubereitung:

### **Gebratene Tofuwürfel:**

Wasser und Salz zum Kochen bringen. Tofu in Würfel schneiden und in das Salzwasser geben. Aufkochen und etwa 10 min. bei schwacher Hitze ziehen lassen. Dann den Tofu aus dem Wasser nehmen.

Eine beschichtete Pfanne erhitzen und den Tofu anbraten, bis er leicht gebräunt ist. Dann den Tofu in eine Schüssel geben und nach Geschmack mit Tamari würzen. Alternativ: Nach dem Braten mit den Gewürzen und dem Leinöl abschmecken.

### **Gekochte Tofuwürfel:**

Tofu wie bei den gebratenen Tofuwürfeln im Salzwasser kochen. Dann herausnehmen und mit den übrigen Zutaten vermischen.