Green Fun Food

MIT MAYA & GLOBUS

Crispy Tofu Tacos

mit Pico de Gallo und würziger Mayo

globus

globus.de

4 Personen | **25 min** | **leicht**

Zutaten Crispy Tofu

- 2 Blöcke (400g) Naturtofu (Alnatura)
- 4 EL Maisstärke
- 2 TL Kumin
- 1 TL Salz
- 2 TL Räucherpaprika
- 1 TL getr. Oregano
- 150ml Sojadrink
- 100g zerkrümelte Cornflakes (ungesüßt)
- 1 EL Öl zum anbraten

Zutaten Pico de Gallo

- 4 Roma- oder Fleischtomaten
- 1 große weiße Zwiebel
- ein Bund Petersilie oder Koriander
- 1 Chili
- Saft einer Limette
- eine Prise Salz

Zutaten würzige Mayonaise

- 4 EL vegane Mayonaise
- 1 EL Sriracha oder Sambal Oelek
- Saft einer halben Limette
- 1/2 TL Knoblauchpulver
- eine Prise Salz
- 1 TL Agavendicksaft oder Zucker

Sonstige Zutaten

- 10 Taco Shells

#vegan

So geht's:

1. Schneide zuerst die Tomaten, Zwiebel, Petersilie und Chili für das Pico de Gallo ganz klein. Gib alles in eine Schüssel und schmecke es mit dem Limettensaft und Salz ab. Stelle es danach beiseite.

2. Als nächstes wird der Tofu zubereitet, indem du ihn mit einem Küchentuch abtupfst und in Würfel schneidest. Vermische nun die Maisstärke, den Sojadrink und die Gewürze in einer Schüssel und zerkrümele die Cornflakes.

3. Wälze jetzt den Tofu in dem „Teig“ und paniere ihn danach mit den Cornflakes. Erhitze das Öl in einer Pfanne und brate den panierten Tofu darin goldbraun an. Währenddessen können alle Zutaten für die würzige Mayo zu einer glatten Sauce verrührt werden.

4. Nun kannst du die Taco Shells mit dem Tofu und Pico de Gallo füllen und mit der Mayo servieren.

Guten Appetit,
eure Maya

Rezepte online nachlesen!

Alle Videos und Rezepte mit vielen praktischen Tipps und Tricks zur Zubereitung finden Sie online unter:

globus.de/greenfunfood