



R e z e p t

„Alles in Butter“ vom 27.02.2021

„Teriyaki Tofu“

von HUADOU



ZUBEREITUNG:

- ➔ Vermischen Sie Sojasoße und Mirin mit heißem Wasser und Zucker bis der Zucker sich aufgelöst hat.
- ➔ Das klassische Verhältnis zwischen den drei Zutaten ist ungefähr 2:2:1. Sollte es nicht salzig oder süß genug sein für Ihren Geschmack, können Sie das Verhältnis auch ändern. Rösten Sie danach die Sesamsamen bis sie eine goldbraune Farbe annehmen.
- ➔ Geben Sie das Tofu in eine Pfanne mit etwas Olivenöl und braten Sie es, bis beide Seiten leicht goldbraun sind. Geben Sie den Knoblauch und die Frühlingszwiebeln hinzu und braten sie es bis der Knoblauch goldbraun ist.
- ➔ Geben Sie die Teriyaki Soße hinzu und schließen Sie den Deckel der Pfanne. Lassen Sie den Tofu bei niedriger Hitze für 5 Minuten in der Pfanne braten damit der Tofu so die Soße absorbieren kann und von beiden Seiten schön knusprig wird.
- ➔ Öffnen Sie danach den Deckel, drehen Sie die Hitze auf und lassen Sie das Wasser verdunsten. Schöpfen Sie etwas Teriyaki Soße aus der Pfanne und verteilen Sie sie auf den Tofuscheiben. Lassen Sie etwas Soße zum Garnieren am Ende übrig.
- ➔ Wenn der Tofu knusprig braun ist, ist er fertig. Garnieren Sie den Tofu mit Sesam und der übrigen Sojasoße.
- ➔ Tipp: Sollte es nicht salzig genug sein, können Sie natürlich noch nachsalzen. Anstelle von Mirin können Sie auch Sake benutzen.

ZUTATEN:

- 150 g Tofu (firm Tofu) – in Scheiben geschnitten (ca.1 cm dick)
- 1 Frühlingszwiebel
- 2 Knoblauchzehen, in Scheiben geschnitten
- 3 EL Einkorn Koikuchi Shoyu
- 3 EL Mirin
- 2 EL Zucker (für eine zuckerfreie Rezeptur, einfach Ahornsirup oder Reissirup benutzen)
- 6 EL heißes Wasser
- 1 TL Sesamsamen zum Garnieren
- 1 Schüssel Reis