

ANANAS-SALSA MIT TOFU



BIERTIPP:
Rieder Alkoholfrei



ZUTATEN

Gegrillte Ananas-Salsa:

- ½ Ananas – geschält, entkernt, in Scheiben geschnitten
- 2 EL gehackter, frischer Koriander
- 1 kleine rote Zwiebel – fein gewürfelt
- 1 rote Chilischote – entkernt und fein gewürfelt
- Saft von ½ Limette
- 1 Prise Salz

Gegrillter, marinierter Tofu:

- 2 Stück Black Pepper Tofu
- 2 EL Tomatensauce (oder Ketchup – dann aber den Zucker weglassen)
- 2 EL Zucker
- 2 EL Sojasauce oder glutenfreie Tamari
- 2 TL geräuchertes Paprikapulver

ZUBEREITUNG

Für dieses Rezept entweder einen klassischen Grill im Freien, einen Zimmergrill oder einen Kontaktgrill benutzen. Entsprechend unterschiedlich muss der Grill vorgeheizt und auch die Zubereitungszeit variiert werden.

Für die Ananas-Salsa:

Die Ananasscheiben auf den Grill legen und etwa 3-4 Minuten pro Seite grillen, bis sie schöne Grillmarkierungen haben und leicht karamellisiert sind. Anschließend in kleine Stücke schneiden, mit roten Zwiebelstücken, roter Chili, frischem Koriander, Limettensaft und Salz vermengen und beiseitestellen.

Für die gegrillten, marinierten Tofu:

Die Zutaten für die Marinade mischen und beiseitestellen. Der Tofu Block wird im ganzen Stück auf den Grill gelegt und von beiden Seiten ca. 5 Minuten gegart, bis er eine Röstkuste hat, innen aber noch weich ist. Zwischendurch üppig von beiden Seiten mit der Marinade bestreichen.

MAHLZEIT UND GUTES GELINGEN!

OÖ KOCHT MIT SILVIA SCHNEIDER | JEDEN SA AB 18 UHR | EXKLUSIV AUF LT1!

