

Asiatische Tofu-Grillspieße

Vegan kochen in asiatischer Manier. Köstliche Grillspieße mit leckerem Räuchertofu, verfeinert mit einer würzigen Hoisin-Marinade aus Vietnam.

Zutaten
4 Portionen

Zutaten Tofu-Grillspieße
2 Maiskolben
1 Paprika, rot
1 Zucchini
2 Zwiebeln, rot
2 EL Hoisin Sauce
400 g Rauchtofu
2 EL Austernsauce, vegan
1 EL Sojasauce
1 Bund Rosmarin
Knoblauch
Zutaten Topping
1 Limette
1 Stück Ingwer
1 Pepperoni
2 EL Sesam, weiß
Byodo Feinkost Saucen

Zubereitung

Zubereitung Tofu-Grillspieße

Die Blätter der Maiskolben vorsichtig zurückschlagen. Die Fäden an den Kolben entfernen und die Maiskolben rundherum mit der Hoisin Sauce bestreichen. Die Blätter wieder zurück schlagen und die Maiskolben entweder auf dem Grill für 20 Minuten oder im Ofen bei 200 °C Ober- und Unterhitze für 40 Minuten garen. Herausnehmen und die Blätter entfernen. Bei vorgegartem Reis diesen Schritt weglassen und nur mit der Hoisin Sauce bestreichen

Die Maiskolben in Räder schneiden. Die rote Paprika und Zucchini in ca. 3 x 3 cm große Stücke schneiden und Zwiebeln vierteln. Tofu in Würfel schneiden. Mit der Austern- und der Sojasauce kurz marinieren. Nun abwechselnd ein Maisrad, Paprikastück, Zucchinistück, rote Zwiebel und Tofuwürfel auf Spieße stecken. Auf dem Grill ca. 10 – 12 Minuten grillen, dabei öfter wenden. Alternativ mit etwas Byodo Bratöl Klassik in einer Pfanne braten.

Zubereitung Topping

Für das scharf Limetten-Topping die Schale der Bio-Limette abreiben. Die Pepperoni und den Ingwer fein hacken. Gut miteinander vermischen und zusammen mit dem Sesam über die Spieße streuen.

Köstlich zu den veganen Grill-Spießen schmeckt die Byodo Barbecue Sauce, Knoblauch Sauce oder die exotische Curry-Mango Sauce.