

Vegane mediterrane Laugenhäppchen

Unsere veganen Laugenhäppchen sind ein perfekter Snack für alle, die den Geschmack des Südens lieben. Mit ihren mediterranen Aromen und Zutaten werden diese kleinen Köstlichkeiten zu einem unvergleichlichen Snack.

Zutaten
8 Portionen

4 Laugenstangen, TK
2 EL Sesam
2 EL Mohn
4 Tomaten, mittelgroß
Einige Blätter Babyspinat
200 g Basilikum-Tofu
4 EL Byodo Salatcreme
Byodo Bio-Meersalz
Pfeffer
2 EL Byodo Crema mit Basilikum

Zubereitung

Die Laugenstangen 10 Minuten antauen lassen und quer halbieren. Die Hälfte in eine Schale mit Sesam dippen und aufs Backbleck legen. Die andere Hälfte in eine Schale mit Mohn dippen. Die Laugenstangen laut Verpackungsangaben backen und abkühlen lassen.

Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden. Babyspinat waschen und trocknen. Tofu in

dünne Scheiben schneiden. Die Mini-Laugenstangen halbieren, die Unterseite mit Salatcreme bestreichen. Mit Tomatenscheiben, Babyspinat und Tofu belegen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Mit der Crema garnieren, den Deckel der Laugenstange darauflegen und ggf. mit einem Spieß fixieren.