

Veganes Rührei

Zutaten:

200 g Naturtofu
200 g Seidentofu
1 TL Rauchsalz
2 Frühlingszwiebeln
2-3 Cocktailtomaten
2-3 Pilze
Gewürze: Koriandersamen und
Kreuzkümmel (gemahlen), Kümmel,
Paprikapulver, Kurkuma (für die Farbe)
1 TL Kala Namak
frischer Schnittlauch
Öl zum Anbraten



Zubereitung:

Etwas Öl in der Pfanne heiß werden lassen. Den Naturtofu trockentupfen und zwischen Daumen und Zeigefinger zerbröseln. Die Konsistenz ist dann recht Rührei-ähnlich. Anschließend den Naturtofu bei starker Flamme kurz scharf anbraten. Danach den Seidentofu dazugeben. Hitze etwas reduzieren.

Das Gemüse und die Gewürze - außer das Kala Namak - zufügen. Ca. 5 min bei mittlerer Hitze durchwärmen. Am Schluss den frischen Schnittlauch und das Kala Namak dazugeben.

Guten Appetit!

Tipp:

Anstatt Rauchsalz kann auch 80 g Räuchertofu - dann kombiniert mit normalem Salz - verwendet werden. Die Rauchnote ist auf jeden Fall ein Gewinn für das Rezept.