AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	50 Min.	ganzjährig	international

TOFUKNÖDEL MIT KORIANDERQUARK



Rezept: Betty Bossi. Lustvoll vegetarisch - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Die zu Tofu verarbeiteten Sojabohnen sind ein wertvoller Eiweisslieferant. Die goldbraunen Knödel verführen nicht nur Vegetarier.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

500 g	Halbweissbrot, ohne Rinde, gewürfelt	1	Limette, gewaschen
1 Zehe	Knoblauch, fein zerdrückt	4 St	Zitronengras, gequetscht
17 dl	Gemüsebouillon	150 g	Rahmquark
100 g	Tofu, fein gehackt	2 EL	Koriander, fein geschnitten
3	Ei		Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Brot und Knoblauch in eine Schüssel geben. Mit 0,5 dl Bouillon pro Portion einweichen. Gut mischen.
2. Alle Zutaten bis und mit dem Pfeffer von Hand gut durchkneten, bis die Masse gut zusammenhält. Pro Person 4 feste Kugeln formen.
3. Bouillon mit dem Zitronengras aufkochen. Hitze reduzieren. Vier Knödel aufs Mal in der leicht siedenden Bouillon 10 Min. ziehen lassen. Knödel abtropfen, warm stellen.
4. Quark und den gehackten Koriander in einer Schüssel verrühren.
5. Auf dem Teller einen Spiegel mit dem kühlen Korianderquark bilden, die warmen Knödel und die Kefen darauflegen und mit etwas abgeriebener Limettenschale garnieren.

TIPP: In der Bouillon lassen sich bestens dazu passende Kefen kochen. 5 Min. leicht köcheln, abtropfen und anschliessend in der Butter schwenken.