

VEGANE "EIER"SPEISE

(2-4 Portionen)

1 Zwiebel, fein gehackt

2 EL Öl

250g Tofu (geräuchert) mit der Gabel zerdrückt

Salz, Pfeffer

verschiedene Kräuter nach Geschmack

etwas Sojasauce

1 Fläschchen Soja-Sahne

1 Prise Kurkuma (Gelbwurz)

Die Zwiebel in einer Pfanne im Öl dünsten, den zerbröselten Tofu dazugeben, würzen und anbraten.

Sojasauce und Soja-Sahne dazumischen und einreduzieren lassen.

Als schnelle Zwischenmahlzeit zu Brot und Salat.