

# Tofu mit Tomaten-Soße, Auberginen, Gemüse, Reis

**Für zwei Personen**

**Für den Tofu:**

150 g Tofu	2 Tomaten	1 Chilischote
3 EL helle Sojasauce	1 EL Srirachasauce	1 TL Tomatenmark
Pflanzenöl	1 EL Weizenmehl	1 EL Tomatenflocken
$\frac{1}{2}$ TL Salz		

**Für die Auberginen:**

1 Aubergine	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	50 g Ingwer
200 ml Kokoswasser	3 EL helle Sojasauce	2 EL dunkle Sojasauce
2 EL Pflanzenöl	1 Stange Zitronengras	1 Zucke vom Sternanis
2 EL Speisestärke	2 EL Palmzucker	Salz, Pfeffer

**Für Pastinaken und Gemüse:**

$\frac{1}{2}$ Pastinake	5 Radieschen	5 EL Essig
2 EL Zucker	2 TL Salz	

**Für den Reis:**

150 g Duftreis

**Für die Röstzwiebeln:**

2 Schalotten Pflanzenöl

**Für die Garnitur:**

1 Frühlingszwiebel	1 TL heller Sesam	1 Beet Korianderkresse
2 Zweige Minze		

**Für den Tofu:**

Den Tofu mit Sojasauce marinieren und dann mehlieren. Bei mittlerer Hitze im heißen Pflanzenöl frittieren, bis er goldbraun ist.

In einem Topf etwas Pflanzenöl heiß werden lassen und Tomatenmark hinzugeben. Tomaten in kleine Würfel schneiden und hinzugeben. Mit etwas Wasser ablöschen. Helle Sojasauce, eine Prise Salz, Tomatenflocken und Srirachasauce hinzugeben und aufkochen lassen.

Nun den Tofu hinzugeben.

**Für die Auberginen:**

Etwas Öl in einem Topf erhitzen, Palmzucker hinzugeben und unter ständigem Rühren schmelzen lassen, bis er leicht karamellisiert. Dann den Knoblauch hinzugeben.

Mit heller und dunkler Sojasauce ablöschen. Ingwer, Zitronengras und Sternanis hinzugeben und etwas aufkochen lassen. Anschließend die geschnittenen Auberginen hinzugeben und mit Kokosnusswasser ablöschen, sodass alles bedeckt ist. Mit Speisestärke andicken.

**Für Pastinaken und Gemüse:**

Pastinake schälen, in kleine Würfel schneiden und in einer Pfanne in Öl frittieren, bis sie goldbraun sind.

Zucker, Salz und Essig aufkochen, damit sich alles löst (ggf. etwas Wasser hinzugeben). Radieschen in Scheiben schneiden und in dem Sud 20 Minuten einlegen.

**Für den Reis:**

Reis in einem Topf kochen. Fertigen Reis mit den Pastinaken-Würfeln vermengen.

**Für die Röstzwiebeln:**

Schalotten abziehen, in feine Ringe schneiden und in Öl frittieren, bis sie knusprig sind.

**Für die Garnitur:**

Frühlingszwiebel waschen und in Ringe schneiden. Minzblätter zupfen.

Das Gericht mit Frühlingszwiebel, Minze, Kresse und Sesam garnieren und servieren.

Minh Lam am 17. September 2025