

Geräucherter Tofu aus der Keksdose mit Gemüse - Meerrettich - Salat

Für 4 Personen

4 Stücke Tofu a ca.
150 g
1 Limette, unbehandelt
50 ml helle Sojasauce
(Diese ist nicht so
salzig wie die
herkömmliche)
Salz
Pfeffer aus der Mühle
25 g Räuchermehl (
Buchenholz oder
Zedernholz)
1 Keksdose ca. 25 cm x
25 cm
Alufolie

Für den Salat

1 Bund Radieschen
1 Salatgurke
2 Knoblauchzehen
4 Schalotten
2 Romana - Salatherzen
1 Bund Frühlingslauch
50 g geriebener

Den Tofu mit Saft und Abrieb der Limette,
Sojasauce, Salz, Pfeffer aus der Mühle
marinieren und zugedeckt bei
Zimmertemperatur für mind. 30 Minuten
ziehen lassen.
(Am besten über Nacht im Kühlschrank).

Für den Salat die Radieschen vom
Blattgrün befreien und je nach Größe
sechsteln oder achtern. Die Salatgurke
der Länge nach halbieren, mit einem
Löffel das Kerngehäuse herauskratzen und
die Enden abschneiden. Danach die Gurke
erneut halbieren und schräg in Stücke
schneiden.
Schalotten, Knoblauch schälen und fein

FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

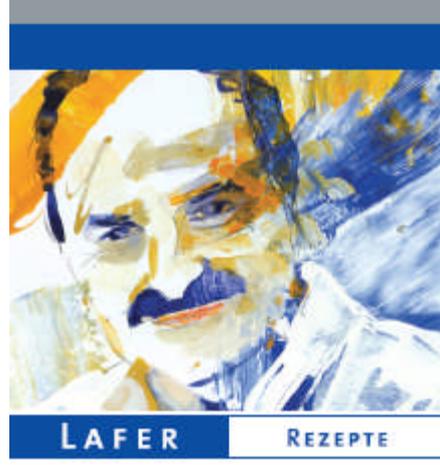
Johann Lafers Table d'Or GmbH · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental
Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRB Nr. 34 44 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer
www.johannlafer.de · e-mail: tabledor@johannlafer.de

© Johann Lafer

LA FER

TABLE D'OR



Meerrettich oder 1
kleines Glas Sahne -
Meerrettich
50 ml weißer Balsamico
- Essig
70 ml Olivenöl
Salz
Pfeffer aus der Mühle
40 g Akazienhonig

würfeln. Die äußeren Blätter der
Romanakerzen entfernen, halbieren und den
Strunk mit einem V - Schnitt heraus
schneiden.

Anschließend die Blätter einzeln abzupfen
und beiseite stellen. Den Frühlingslauch
putzen und in feine Ringe schneiden. Aus
Meerrettich, Balsamico, Olivenöl, Honig
eine Vinaigrette herstellen und mit Salz
und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Zum Räuchern des Tofu`s den Boden der
Keksdose knapp mit Alufolie auslegen und
gleichmäßig mit Räuchermehl bestreuen.

Eine zweite Schicht Alufolie darüber
legen und die Dose direkt bei ca. 180°C-
200° C auf den Grillrost stellen. Nun mit
einem spitzen Gegenstand 2-3 kleine
Löcher in den Deckel der Dose stechen.
Sobald sich eine dichte Raumentwicklung
bildet, die Tofu Stücke mit der Hautseite
hineinlegen und die Keksdose wieder mit
dem Deckel verschließen.

Den Tofu nun ca. 5 Minuten bei ca. 180°C
direkter Hitze mit geschlossenem Deckel
anröchern und danach für 10-12 weitere
Minuten indirekt fertig garen. Dabei den
Deckel des Grills geschlossen halten.

FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

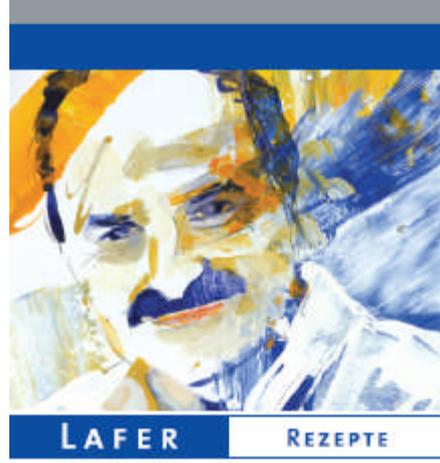
Johann Lafers Table d'Or GmbH · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental
Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRB Nr. 34 44 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer
www.johannlafer.de · e-mail: tabledor@johannlafer.de

© Johann Lafer

LA FER

TABLE D'OR



Anrichten:

Radieschen, Gurke, Knoblauch, Schalotten, Romanaherzen und Frühlingslauch in eine Schüssel geben. Mit der Vinaigrette übergießen und gut mischen. Den Salat auf vier vorbereitete Teller verteilen und mit dem geräucherten Tofu servieren.

FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

Johann Lafers Table d'Or GmbH · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental
Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRB Nr. 34 44 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer
www.johannlafer.de · e-mail: tabledor@johannlafer.de

© Johann Lafer

A handwritten signature in blue ink that reads 'Johann Lafer'. The signature is written in a cursive style and is enclosed within a simple, hand-drawn oval outline.

LA FER TABLE D'OR