

Abendessen

Tilda Kokos Limetten mit Tofu/ Huhn



- 
- 250 g Salatgurke geschält
 - 1 TL Salz
 - 500 g Tofu/Hühnerbrust
 - ½ Liter Wasser
 - 8 Jungzwiebel
 - 4 TL Sesampaste
 - 2 EL helle Sojasauce
 - 1 TL Weißweinessig
 - 1,5 TL Zucker
 - 4 TL Olivenöl
 - 1/2 TL Pfeffer
 - 1 TL Sesamöl

Gurke längs halbieren ausschaben und in Stücke schneiden. Gurken zum Entwässern mit Salz bestreuen und stehen lassen. Gebratenen Tofu/gekochtes Hühnerfleisch abkühlen lassen. Für die Sauce Sesampaste mit Sojasauce, Essig, Zucker, Olivenöl, Pfeffer und Sesamöl mischen. Gurkenstücke leicht ausspülen und gut ausdrücken. Ausgekühlten Tofu würfeln bzw. ausgekühlte Hühnerbrust entlang der Faser auseinanderpflücken. Sauce mit Tofu/Fleisch vermengen. Gegarten Reis in eine Schüssel geben. Gurke hinzufügen und obenauf das Saucen Tofu/Hühnchengemisch. Mit Kräutern garnieren.