

Zutaten für 5 Personen:

- 2 ST Kohlrabi, a´ca. 200g
- 50 g Schalotten
- 50 g Frühlingszwiebeln
- 200 g Räuchertofu

- 50 ml Olivenöl, raffiniert
- Salz und Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Oregano
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Kurkuma
- Muskatnuss
- 1 BD Petersilie (kleiner Bund) grob hacken

Herstellung:

1. Entferne die Blätter und Stängel am Kohlrabi und schäle ihn.
2. Schneide den Kohlrabi in grobe Stücke und rasple diese in hauchdünne Scheiben.
3. Die geschälten Schalotten in kleine Würfel und die Frühlingszwiebeln in kleine Ringe schneiden.
4. Den Räuchertofu in kleine Würfel schneiden.
5. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen, Schalottenwürfel und den Kohlrabi hinzugeben und.
6. Würze das Gemüse mit Salz und Pfeffer, Oregano, Kreuzkümmel, Kurkuma und Muskatnuss.
7. Brate den Kohlrabi bei mäßiger Hitze ca. 8 Minuten unter stetigem Wenden.
8. Die Räuchertofuwürfel hinzufügt und durchschwenken.
9. Alles nun für Weitere 8 bis 12 Minuten braten (sautieren), bis der Kohlrabi schön glasig wird.
10. Gib nach Belieben hin und wieder etwas Öl bzw. einen Schuss Wasser hinzu und achte darauf, dass der Kohlrabi nicht anbrennt.
11. Die die Frühlingszwiebelringe und die gehackte Petersilie dazugeben.
12. Temperatur des Herdes erhöhen und für drei den Kohlrabi krossbraten.

