

Tofu mit indischem Spinat

Zutaten für eine Person

200 (170) g Tofu, gewürfelt

1 Zwiebel fein gewürfelt

1 Knoblauchzehe gehackt

150 g Spinat, gewaschen und grob zerteilt

2 Tomaten gehäutet und gewürfelt

50 ml Saliter Kondensmilch

1 TL Kurkuma

1 TL Koriander

Chilipulver

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Pfanne/Wok erhitzen und Tofu darin anbraten, aber nicht zu braun werden lassen und würzen. Herausnehmen und auf Küchentuch abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch anbraten, Tomaten dazugeben und leicht köcheln lassen, bis die Sauce die gewünschte Konsistenz hat. Inzwischen die restlichen Gewürze hineingeben (Chili nach Gefühl!). Spinat dazugeben, nur kurz zusammenfallen lassen; so behält er seine frische grüne Farbe. Tofu in die Sauce legen und warm werden lassen. Herd abschalten und alles bei geschlossenem Deckel nochmals kurz durchziehen lassen.