

TOFU STROGANOV

Benodigheden – 6 personen

- 500 gr tofu
- 2 grote ajuinen
- 500 gr paddestoelen
- 5 dl sojaroom (soja-cuisine)
- 6 eetl tomatenpuree
- 1 gele paprika
- 1 dl rode wijn
- paprikapoeder
- olijfolie
- verse basilicum

marinade

- 6 eetl Japanse sojasaus
- 2 eetl olijfolie
- 2 tl sambal oelek
- 4 teentjes look
- beetje groentenbouillonpoeder

Bereidingswijze

- de tofu droogdeppen en in blokjes van \pm 1,5 cm snijden
- de tofu minstens 30 min marineren in de marinade
- ajuinen fijn snijden
- paprika fijn hakken
- paddestoelen in schijfjes snijden
- bak de ajuinen en paprika in olijfolie in een pan en schep over in een kookpot
- bak de paddestoelen in dezelfde olie en doe deze met het vocht bij de ajuinen
- bak de tofu ongeveer 5 min in redelijk hete olie en voeg ook bij in de kookpot
- de rest van de marinade, tomatenpuree, basilicum, rode wijn en sojaroom toevoegen en het geheel op smaak brengen met paprikapoeder en eventueel zout, nog een 10-tal minuten laten sudderen

Opdienen met basmatirijst, het geheel overstrooien met fijngehakte peterselie

Dit recept werd klaargemaakt en geproefd op één van de kookavonden van KWB Reet

Voor meer recepten zie

<http://www.kwbreet.be>



