



## Tofunockerl auf Gemüse

### Zutaten für 4 Personen

- **Zubereitung**
- **ca. 20 Minuten**

300g Tofu Natur  
2 Stk. Frühlings -  
zwiebel  
2 ganze Eier  
4 El Mehl  
4 El Brösel  
2 El Sojasauce  
1 Tl Ingwer  
Salz, Traubenkernöl  
4 – 5 Karotten  
400 g Schnittbohnen

### Pro Portion

### Zubereitung:

- ✓ Karotten putzen und in breite Scheiben schneiden
- ✓ Grüne Schnittbohnen in große schräge Stücke schneiden
- ✓ Gemüse dünsten und mit Sojasauce würzen – warm stellen
- ✓ Tofu mit der Gabel zerdrücken
- ✓ Frühlingszwiebel fein schneiden und zur Tofumasse geben
- ✓ Eier, Mehl, Brösel, Sojasauce, Ingwer und Salz dazufügen und alles kräftig durchkneten
- ✓ Öl erhitzen, mit einem Löffel Nockerl formen und im heißen Fett frittieren
- ✓ Auf Gemüse anrichten



### .Tipps & Tricks