Tofuspett & asiatisk slaw

Antal: recept_2020-07-14

Denna rätt är perfekt när du vill ha något fräscht och färgsprakande som samtidigt är mättande och smakrikt. Marinerade tofuspett med sesamfrön och en krispig slaw med asiatiska smaker.

Pris: 1 kr

Slaw:
160 g strimlad vitkål
1 morot
1/8 rödlök
1/3 chili
1 liten bit riven ingefära
1 liten klyfta pressad vitlök
Juicen av 1/2 lime
1 msk vinäger
2 tsk lönnsirap
Salt, svartpeppar, chiliflakes (några nypor av varje)
Färsk koriander

Spett:
400 g tofu
1 msk olivolja
1 msk soja
1 msk lönnsirap
1 klyfta pressad vitlök
0.5-1 tsk sambal oelek
Salt, svartpeppar, ingefära (några nypor av varje)
Sesamfrön

Sås:
0.5 dl mandelsmör/jordnötssmör/cashewsmör
Juicen av 1/2 lime
2 msk sojasås
2 tsk lönnsirap
2 klyftor pressad vitlök
0.5 tsk sambal oelek
1 tsk sesamolja
2 dl vatten

Börja med din asiatiska slaw. Strimla vitkål, rödlök och chili tunt och riv moroten. Hacka i koriandern. Pressa lime i en liten skål och tillsätt vinäger, lönnsirap och kryddorna. Pressa i vitlöken och riv ner ingefäran och blanda alla ingredienser väl. Lägg de strimlade grönsakerna i en bunke och häll limeblandningen ovanpå och massera sedan in den i grönsakerna i några minuter. Ställ sedan in denna i kylen tills vidare.

Sätt ugnen på 200 grader. Skär tofun i 8 långa bitar och trä upp dem på spett. Blanda alla övriga ingredienser, utom sesamfröna, i en skål och pensla sedan tofun med marinaden ordentligt på alla sidor. Spara resten av marinaden till senare. Stek tofuspetten mitt i ugnen på en plåt med bakplåtspapper i ca 15 minuter. Vänd på dem efter halva tiden.

Medan spetten är i ugnen, gör din dippsås. Ta valfritt nötsmör i en skål och häll över kokhett vatten. Rör med en sked eller liten visp tills nötsmöret löst upp sig helt och du har en slät sås. Tillsätt de övriga ingredienserna och blanda väl.

När spetten varit i ugnen en kvart, ta ut dem och pensla dem med mer marinad och strö över sesamfrön. Stoppa tillbaka spetten i ugnen i ytterligare någon minut tills sesamfröna rostats lite.

Servera sedan tofuspetten med den asiatiska slawn och dippsåsen.