



## Tofu Gemüsegulasch

### Zutaten für 4 Personen

- **Zubereitung**
- **ca.30 Minuten**

250g Tofu Geräuchert

300g Tomaten  
enthäutet

700g Gemischtes  
Gemüse

2 Stk. Große Zwiebel

1 ½ El Paprikapulver  
edelsüß

2 El Apfelessig

Salz, Majoran

Alsan S Margarine

Schnittlauch

2 El Olivenöl

### Pro Portion

### Zubereitung:

- ✓ Den würfelig geschnittenen Tofu vorsichtig in Margarine rösten. Aus der Pfanne nehmen und zur Seite stellen
- ✓ Feingehackte Zwiebeln in Margarine rösten
- ✓ Paprika zufügen und mit Apfelessig und etwas Wasser ablöschen
- ✓ Tomaten kurz in kochendes Wasser tauchen und enthäuten
- ✓ Das geschnittene gemischte Gemüse und die Tomaten mit Salz und Majoran würzen und weich kochen lassen
- ✓ Zucchini, Tomaten und Tofu dachziegelartig in die Form schichten
- ✓ Tofu zufügen, mit etwas Rahm abschmecken und mit Schnittlauch bestreut servieren



### Tipps & Tricks

Servieren sie dazu Nockerln oder Teigwaren!