Vegane Croquettas de Räuchertofu mit Auberginencreme

Zeit gesamt
1h 20min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 8 Portionen

Räuchertofu	200 g
Vegane Genießerscheiben	4 Scheiben
Margarine, vegan	3 EL
Weizenmehl, Type 405	35 g
Haferdrink Barista	360 ml
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Muskatnuss, gemahlen	
Auberginen	2 St.
Knoblauchzehen	3 St.
Sojaghurt	500 g
Paprika, edelsüß	
Speisestärke	4 EL
Paniermehl	100 g
Frittieröl	1 L

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlerer Topf, großer Topf, Backblech mit Backpapier, Küchenkrepp

1. Räuchertofu klein würfeln. Genießerscheiben klein würfeln. In einem Topf Margarine schmelzen, Mehl zugeben und ca. 1 Min. anschwitzen. Mit Haferdrink Barista ablöschen und rühren, bis ein dicker Brei entstanden ist. Räuchertofu und Genießerscheiben unterheben und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Der Brei sollte sich gut vom Topfboden lösen lassen. Den Brei auf einem Teller glatt streichen und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen, anschließend mit Frischhaltefolie abdecken und mind. 60 Min. kalt stellen.

2. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Auberginen längs halbieren, mit einer Gabel einstechen und auf einem Backblech mit Backpapier ca. 30 Min. backen. Anschließend auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.

3. Knoblauch schälen und fein hacken. Auberginenfleisch von der Schale lösen und in einer Schüssel mit einer Gabel zu einem Brei verarbeiten. 300 g Sojaghurt und Knoblauch zugeben und vermischen. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Für die Panierstraße zwei Teller nebeneinanderstellen. Im ersten Teller 200 g Sojaghurt und Speisestärke verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. In den zweiten Teller Paniermehl geben. Den nun festen Brei in ca. 20–25 gleich große Stücke

schneiden. Stücke zuerst in der Sojaghurtmasse und dann im Paniermehl wenden.

5. In einem Topf Öl zum Frittieren auf hoher Stufe erhitzen. Mit einem Holzstab die Temperatur testen. Bilden sich kleine Bläschen am Holz, ist das Öl heiß genug. Jeweils 5 Croquetas ca. 5 Min. goldbraun ausbacken und auf einem Küchenkrepp abtropfen lassen. Mit den übrigen genauso verfahren.

6. Croquetas de Räuchertofu mit Auberginencreme servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	244 kcal
Kohlenhydrate	26 g
Eiweiß	10 g
Ballaststoffe	3 g
Fette	26 g