

Tofu mit Chicorée an Joghurtsauce

für 4 Personen

Menge	Zutaten	Zubereitung
Je 1EL 600g	Senf und Sojasauce Tofu	Senf und Sojasauce sämig rühren und damit den in dünne Scheiben geschnittenen Tofu bestreichen.
25g 150g	Butter Champignons	Die Champignons waschen und in feine Scheiben schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin wenden, Salz zugeben und 4-5 Minuten zugedeckt dämpfen. Dann die Pilze aus der Pfanne nehmen.
1 Prise	Salz	Das Wasser in die Pfanne geben (Pilzsaft kann ruhig noch drin sein) und die Chicorée der Länge nach halbiert hinein geben und bei schwacher Hitze ca 10 Minuten köcheln lassen, bis sie weich sind. Herausnehmen und abtropfen lassen. In eine gefettete Auflaufform legen und dabei die Spitzen nach außen richten, sie dürfen auch überstehen. Die Tofuscheiben schuppenartig in der Mitte der Form auf dem Chicorée verteilen.
0,1 6	Wasser Chicorée	Nach Geschmack die verbliebene Flüssigkeit in der Pfanne würzen und den Joghurt dazugeben. Sämig rühren, und die Pilze begeben und langsam zum Kochen bringen. Über den Tofu verteilen und 10-15 Minuten überbacken.
350g	Instantgemüsebrühe Naturjoghurt	