

Bowl mit Hirse und krossem Tofu

Zutaten

für 4 Personen

200g Hirse
400ml Wasser
Salz
2 Auberginen
Olivenöl
grobes Meersalz aus der Mühle
grober Pfeffer aus der Mühle
1 Dose Kichererbsen (200g)
200g Räuchertofu

Dressing

3 EL Erdnussöl
2 EL Erdnussmus
2 EL Reissessig
Saft von 2 Limetten
1 EL Sojasauce
3 EL Honig
1 Knoblauchzehe
1 TL Salz

Zubereitung

1. Die Hirse waschen und mit 400ml Wasser kochen (ca. 10 Minuten kochen lassen, dann bei ausgeschalteter Herdplatte ziehen lassen).
2. In der Zwischenzeit den Backofen auf 200°C Umluft einstellen, die Enden der Auberginen abschneiden und diese der Länge nach halbieren. Am Fruchtfleisch kreuzweise einritzen, auf ein Backblech geben und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer einreiben.
3. Kichererbsen abtropfen lassen, ebenfalls aufs Backblech geben und mit Olivenöl, Salz und Pfeffer aus der Mühle versehen.
4. Das Backblech für etwa 20 Minuten in den Backofen geben bis die Aubergine gut angeröstet und die Kichererbsen knusprig sind.
5. In dieser Zeit den Räuchertofu mit den Händen in eine große Pfanne bröseln. Mit Olivenöl, Salz und Pfeffer kross braten.
6. Nutzt diese Zeit, um das Dressing herzustellen. Dafür alle angegebenen Zutaten entweder mit dem Schneebesen oder dem Pürierstab zu einer homogenen Sauce vermengen.
7. Die einzelnen Komponenten in einem tiefen Teller anrichten.