



**GEWÜRZ
WERKSTATT**
arte in cucina

Indischer Spinat mit Tofu

Zutaten für 2 Personen:

200 g Tofu, gewürfelt

2 EL Öl

1 Zwiebel, fein gewürfelt

1 Knoblauchzehe, gehackt

300 g frischer Spinat, gewaschen und grob zerteilt

2 Tomaten, gehäutet und gewürfelt

100 ml Kokosmilch

1 TL Kurkuma

1 TL Koriander

Chilipulver

Salz und Pfeffer

Zubereitung:

Öl im Wok erhitzen und Tofu darin leicht anbraten. Herausnehmen und auf Küchentuch abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch glasig dünsten und Spinat dazugeben. Kurz warten, bis er zusammenfällt und sofort an den Rand des Wok schieben, dadurch behält er seine frische, grüne Farbe.

In die Mitte des Wok die Kokosmilch und die Tomaten geben. Leicht einkochen lassen, Koriander frisch mörsern und mit den restlichen Gewürzen hinzugeben. Tofu in die Soße legen und warm werden lassen.

Herd abschalten, Spinat vom Rand auf den Tofu schieben und Deckel schließen,
kurz durchziehen lassen.

Dazu passt Basmatireis, der mit etwas Nelke und Zimt gegart wurde.