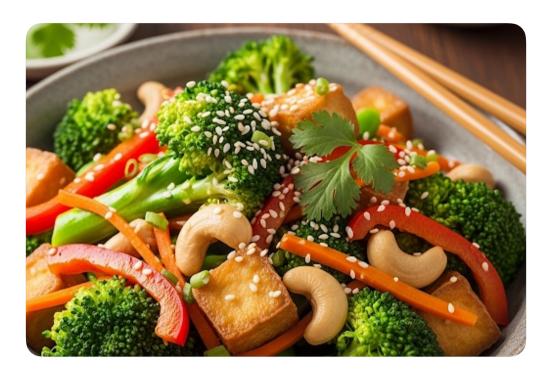
# **Brokkoli-Cashewnuss-Pfanne mit Tofu**



### ➤ Beschreibung

Knackiges Sommergericht mit Brokkoli, buntem Gemüse, Cashews und Tofu in leichter Sojasauce-Ingwer-Marinade.

#### ➤ Zutaten

- 2 Brokkoli
- 1 Karotte
- 1 Zucchini
- 400 g Tofu
- 100 g Cashewkerne
- 1 kleines Stück Ingwer
- 2 EL Sojasauce (mild)
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer

## **➤ Zubereitung**

- 1. Tofu würfeln, in Öl knusprig anbraten, beiseitestellen.
- 2. Brokkoli in Röschen teilen, Karotte & Zucchini in Scheiben schneiden. Kurz bissfest dünsten oder braten.

- 3. Ingwer fein hacken, mit Sojasauce verrühren.
- 4. Gemüse, Cashews und Tofu in der Pfanne mit der Sauce vermengen.
- 5. Mit Pfeffer und wenig Salz abschmecken.

### ➤ Zusatzinfos

Sehr bekömmlich und schnell gemacht.

Erstellt mit der ZUTATO-App



