

Tempeh-Saté mit Kokosreis und Limettendip



► Beschreibung

Herhaft-nussige Tempeh-Spiesse auf cremigem Kokosreis mit einem frischen Limettendip - perfekt ausgewogen zwischen Protein, Frische und Sättigung.

► Zutaten

400 g Tempeh
250 g Basmatireis
200 ml Kokosmilch
1 Limette
2 EL Erdnussbutter
1 EL Sojasauce
1 EL Ahornsirup
1 Knoblauchzehe
1 TL Currysüppchen
Öl, Salz, Pfeffer

► Zubereitung

1. Tempeh in Stücke schneiden und mit Erdnussbutter, Sojasauce, Ahornsirup, Knoblauch, Curry und Limettensaft marinieren.
2. Reis in Kokosmilch und Wasser garen (1 : 1).
3. Tempeh auf Spiesse stecken, anbraten oder grillen.
4. Mit Kokosreis und frischem Limettendip servieren.

Erstellt mit der ZUTATO-App

