

MOUSSAKA MIT TOFUHACK UND CASHEW-PETERSILIEN-CREME



www.ruesselheim.com

Zutaten für 2 Personen

- Für die Moussaka:
 - 300 g Süßkartoffeln
 - 270 g Auberginen
 - 4 EL Olivenöl
 - ½ TL jodiertes Meersalz
 - 220 g Tofu
 - 1 rote Zwiebel
 - 2 Knoblauchzehen
 - 120 g Tomatenmark
 - 1 TL Agavendicksaft
 - schwarzer Pfeffer aus der Mühle
 - 30 ml Rotwein
- Für die Cashew-Petersilien-Creme:
 - 30 g ungesüßtes Cashewmus
 - 1 EL gehackte Petersilie
 - jodiertes Meersalz
 - schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zeit

Ca. 35 Minuten

Zubereitung

1. Backofen auf 250 °C vorheizen
2. Süßkartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden
3. Auberginen waschen und in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden
4. 2 EL Olivenöl und ½ TL Salz mischen
5. Süßkartoffeln und Auberginen damit vermengen
6. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im Ofen ca. 15 Minuten auf der obersten Schiene backen, bis das Gemüse leicht Farbe annimmt.
7. Inzwischen Tofu zerbröseln
8. Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und fein hacken
9. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen
10. Tofu darin ca. 4 Minuten anbraten
11. Zwiebel und Knoblauch dazugeben und weitere 3 Minuten braten, mit Tomatenmark und Agavendicksaft 1 Minute weiterbraten, salzen, pfeffern, mit Rotwein ablöschen und die Pfanne vom Herd nehmen
12. Für die Creme Cashewmus mit 70 ml Wasser in einem kleinen Topf erhitzen
13. Petersilie unterheben, mit Salz und Pfeffer würzen
14. Zum Anrichten Türmchen schichten: dafür abwechselnd 1 Auberginenscheibe, etwas Tofuhack, 1 Süßkartoffelscheibe und etwas Tofuhack stapeln, bis die Zutaten verbraucht sind
15. Zum Schluss die Cashew-Petersilien-Creme darauf verteilen.