claro
FAIR TRADE

Rezept

Vegane Malai Kofta

mit goldenen Tofu Bällchen

v gf

VEGANE MALAI KOFTA

mit goldenen Tofu Bällchen

2 Personen

ca. 60 min

ZUTATEN

Malai Kofta

200g	Tofu
1/2 TL	claro Ingwer gemahlen
1/2 TL	claro Kurkuma gemahlen
2 EL	Kichererbsenmehl
1 TL	gemahlene Leinsamen
2 EL	Pflanenmilch

Sauce

1/2 TL	claro Zimt gemahlen
1/2 TL	claro Ingwer gemahlen
1/2 TL	claro Kurkuma gemahlen
1/2 TL	claro Chili gemahlen
4	Kardamom Kapseln
1 EL	claro Currypulver
2	Knoblauchzehen
1/2 TL	claro Koriander gemahlen
1 TL	getrocknete Bockshornklee-Blätter
200g	Tomaten, gehackt
30g	claro Cashews
2.5 dl	Wasser
300ml	Kokosmilch
1 EL	Kokosblütenzucker
etwas	Zitronensaft

empfohlene Beilage

claro weisser Basmatireis

ZUBEREITUNG

1. Für die Malai Kofta vermische Tofu, Ingwer, Kurkuma, Kichererbsenmehl, Leinsamen und Pflanzenmilch.
2. Forme die Mischung in kleine Bällchen (je ca. 40g).
3. Brate die Bällchen an bis sie golden sind.
4. Für die Sauce gib erst Zimt, Ingwer, Kurkuma, Chili, Kardamom, Currypulver und Knoblauchzehen in die Bratpfanne und brate sie bei mittlerer Hitze sorgfältig an.
5. Füge anschliessend Koriander und Bockshornklee hinzu.
6. Gib nun die gehackten Tomaten, Cashews, Kokosmilch und Kokosblütenzucker mit dem Wasser dazu.
7. Lass die Sauce köcheln bis sie sich etwas verdickt hat.
8. Entferne die Kardamom Kapseln aus der Sauce und vermixe es mit einem Mixer bis die Sauce fein und cremig ist.
9. Gib alles zurück in die Pfanne, verfeinere die Sauce mit etwas Zitronensaft und gib die Malai Kofta Bällchen dazu.

TIPPS/ANMERKUNGEN

- Als Beilage eignet sich am besten der weisse Basmatireis von claro.
- Zum dekorieren kannst du etwas Kokosmilch und frischen Koriander verwenden.

Copyright und Bild: vegansofzuri
www.claro.ch