



Mediterrane Tofu Marinade

🕒 5–10 Min   

Zubereitung

- 1 Wickle den Tofu in Küchenpapier oder in ein Geschirrtuch und presse ihn sanft aus, um überschüssige Flüssigkeit zu entfernen. Schneide ihn dann in beliebig große Scheiben.
- 2 Mische die Zutaten für die Marinade in einer Schüssel und lasse den Tofu mindestens 30 Minuten darin ziehen.

TIPP: Tipp: Lässt du den Tofu über Nacht in der Marinade ziehen, wird er besonders aromatisch!

Zutaten 2 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

4 EL	Olivenöl
2 EL	♦ Italienische Kräuter
1 EL	Zitronensaft und abgeriebene Schale
1 TL	♦ Knoblauch granuliert
1 TL	♦ Rauchsatz
1 Prise	♦ Chili Jalapeno
	Frische Kräuter nach Belieben

