

VESTESSEN



FLAMMKUCHEN

ZUTATEN:

125ml warmes Wasser, 250g Soja-Joghurt, 250g Mehl,
je 1 TL Rauchsatz & Salz, je 1 Prise Muskat & Pfeffer schwarz,
4 Lauchzwiebeln, 4 EL Rapsöl, 100g Räuchertofu



1) Mehl, Wasser, Salz und 2 EL Rapsöl zu einem glatten Teig verkneten



2) Teig dünn ausrollen und auf ein Backblech mit Backpapier geben



3) Soja-Joghurt, Rauchsatz, Pfeffer und Muskat miteinander verrühren



4) Joghurt-Sauce auf den ausgerollten Teig geben und gleichmäßig verteilen



5) Räuchertofu in dünne Streifen und Lauchzwiebeln in Ringe schneiden



6) Tofustreifen & Zwiebelringe in einer Bratpfanne mit 2 EL Rapsöl anbraten



7) Tofu und Lauch auf der Sauce verteilen

BACKEN:

Im vorgeheizten Backofen bei 220°C (Ober-/Unterhitze) auf der mittleren Schiene 20 Minuten backen.