

Cremet rødkålssalat med sprød tofu

Opskrift til 4-6

Samlet tid

25-30 minutter

Ingredienser

Sprød paneret tofu

- 1 pakke tofu (200 g)
- 1 dl mel + 1 godt nip cayennepulver + 1 tsk. spidskommen + 1 tsk. paprika + 1 tsk. salt
- 1 æg + 1/2 dl mælk
- 2 dl pankorasp eller almindelig rasp

Rødkålssalat

- 400 g rødkål
- 100 g grønkål
- 1/2 rødløg
- en god håndfuld røde vindruer
- 1 syrligt æble

Dressing

- 2 dl creme fraiche
- skal og saft fra 1/2 økologisk citron
- godt med salt og peber
- 1 god tsk. flydende honning eller sirup

Sådan gør du

1. Skær tofu i strimler og dub dem tørre med et stykke køkkenrulle.
2. I en skål kommes mel og krydder
3. I en anden skål sammenpisket æg og mel
4. I en tredje skål rasp
5. Vend først tofustykkerne i mel, så æg og så i rasp.
6. Kom dem på en pande med rigeligt olie og steg dem sprøde 3 minutters tid på hver side
7. Rengør begge slags kål og snit dem fint.
8. Skær rødløg i tynde skiver, halver vindruerne og skær også æblerne i tynde skiver
9. Bland dressingens sammen i en skål og vend kålet godt rundt her i.
10. Kom det på et fad eller en stor tallerken og top med rødløg, vindruer, æbler og den sprøde tofu.