

Kartoffel-Gulasch mit Räuchertofu

Man braucht für Gulasch kein Fleisch, man braucht nur ordentlich ungarisches Gewürz und hat dann richtig schön echt „gulaschigen“ Geschmack an seinen Kartoffeln. Ich habe das Gericht gemacht, als mich eine omnivore Freundin besuchte. Sie fand es köstlich! – Also auch für Gulaschfans geeignet!



Zutaten:

- 2 Zwiebeln, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen, gehackt oder gepresst
- 2 EL Tomatenmark
- 3 EL edelsüße Paprika
- ½ TL Cayennepfeffer
- 1 EL Gemüsebrühpulver
- 500 g Kartoffeln
- 3 Stangen Sellerie, klein geschnitten
- 1 Möhre, in Scheiben geschnitten
- 1 Lorbeerblatt
- 1 TL Kümmel
- 400 ml Wasser
- 200 g Räuchertofu, gewürfelt
- ½ Bund Petersilie, gehackt
- 1 Packung Soja Cuisine

1. Die ersten 11 Zutaten(bis einschließlich des Wassers in eine beschichtete Pfanne geben, aufkochen lassen und mit geschlossenem Deckel alles 15 Minuten köcheln lassen.
2. Anschließend Räuchertofu, Sojacuisine und Petersilie zufügen und weitere 5 Minuten köcheln.
3. Mit Salz und Pfeffer abschmecken

Ergibt 2 Portionen