

Tofu-Mozzarella Päckchen im Mangoldmantel



Zutaten (für 4 Portionen):

200 g Mangold

3 Tomaten

2 Kugeln Mozzarella (à 125 g)

4 Tofuscheiben (ca. 150 g)

4 EL Löwensenf Rouladen Traum

Zubereitung:

Mangold in Blätter zerteilen, waschen und kurz blanchieren. Tomaten waschen, Stielansatz entfernen, Mozzarella abtropfen lassen und beides in Scheiben schneiden. Tofuscheiben von beide Seiten mit Rouladen Traum bestreichen, auf vier gleichgroße Stücke Alufolie legen, mit den Tomaten- und Mozzarellascheiben abdecken, Tofu-Päckchen mit den Mangoldblättern umwickeln, eventuell mit Küchengarn zusammenbinden und Alufolie darüber zusammenfassen. Tofu-Päckchen ca. 15 bis 20 Minuten grillen und nach Wunsch zu z.B. Olivenbrot servieren.

Zubereitungszeit: ca. 40 Minuten

KJ/kcal p. P.: 1391/333