



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW 01 | 2024

Weißkohl-Kartoffel-Auflauf mit Tofu

für 4 Portionen

Zutaten

- 250g Räuchertofu
- 5El Sojasauce
- 1 Tl Sesamöl
- 700g festkochende Kartoffeln (mittelgroß)
- Salz
- 2Tl Kreuzkümmel
- 1 Weißkohl (klein, à 800 g)
- 100 g Porree
- 70g Butter
- 40g Mehl
- 250ml Milch
- Pfeffer
- Muskatnuss
- Schnittlauch (zum Bestreuen)

Zubereitung

Tofu trocken tupfen und in 0,5 cm dicke, ca. 4 cm große Scheiben schneiden und dicht nebeneinander in eine flache Schale legen. Sojasauce und Sesamöl verrühren, den Tofu damit beträufeln und 1 Stunde marinieren. Dabei den Tofu mehrmals wenden, damit er die Sojasauce gut aufnimmt. Kartoffeln waschen und 25 Minuten in Salzwasser mit 1 Tl Kreuzkümmel garen. Kartoffeln abgießen und ausdämpfen lassen. Die warmen Kartoffeln pellen und in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Weißkohl putzen, vierteln und den Strunk herausschneiden. Die Viertel quer in 4 cm große, blättrige Stücke schneiden und 3-4 Minuten in Salzwasser garen. Dann in einen Sieb geben, das Kochwasser auffangen und 500 ml abmessen. Kohl gut abtropfen lassen. Porree putzen, längs halbieren und waschen, nur das Weiße und Hellgrüne quer in feine Streifen schneiden. Für die Béchamelsauce die Butter in einem Topf schmelzen, das Mehl mit einem Schneebesen glatt unterrühren und 5 Minuten unter Rühren bei mittlerer Hitze kochen. Mit kalter Milch auffüllen, gut verrühren und den abgemessenen Fond zugießen. 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren milde kochen lassen. Restlichen Kreuzkümmel zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat kräftig würzen. Eine Auflaufform (20 cm Ø, 2,5 l Inhalt) dachziegelartig mit Kohl, Kartoffeln, Porree und Tofu füllen. Auf jede Schicht Béchamelsauce geben. Im vorgeheizten Backofen auf der untersten Schiene bei 180 Grad Umluft 35-40 Minuten garen. Aus dem Ofen nehmen und mit Schnittlauch bestreuen.