



**Lebendiges Land**  
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW47 | 2019

## Vegane Moussaka mit gehacktem Tofu und Petersilien-Mandel-Creme

### Zutaten

- 350 g Süßkartoffeln
- 250 g Auberginen
- 1 rote Zwiebel
- 5 EL Olivenöl
- Meersalz & schwarzer Pfeffer
- 150 g Tomatenmark
- 250 g Tofu
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Agavendicksaft
- 40 ml Rotwein
- 40 g weißes Mandelmus
- 2 EL gehackte Petersilie

### Zubereitung

Den Backofen auf 240 °C vorheizen. Die Süßkartoffeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Die Auberginen waschen und in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden. 3 EL Olivenöl und ½ TL Salz mit den Süßkartoffeln und Auberginen vermischen. Im Ofen ca. 15 Minuten auf der obersten Schiene backen, bis das Gemüse leicht Farbe annimmt.

Inzwischen den Tofu klein hacken. Die Knoblauchzehen und die Zwiebel schälen und fein hacken. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Den Tofu ca. 5 Minuten darin anbraten. Zwiebel und Knoblauch dazugeben und weitere 4 Minuten braten. Das Tomatenmark und den Agavendicksaft zugeben und ganz kurz weiterbraten. Danach salzen, pfeffern und mit Rotwein ablöschen. Die Pfanne vom Herd nehmen.

Für die Creme das Mandelmus mit 80 ml Wasser in einem Topf erhitzen. Die Petersilie unterheben und mit Pfeffer und Salz würzen.

Anschließend kleine Türmchen anrichten: abwechselnd 1 Auberginenscheibe, etwas gehackten Tofu und 1 Süßkartoffelscheibe stapeln bis die Zutaten verbraucht sind.

Zum Schluss die Mandel-Petersilien-Creme darüber geben.