Erdnüsse in Tofu gebraten
Huūshēng chao dòufu

Erdnüsse in Tofu gebraten (Huūshēng chao dòufu) hat einen einzigartigen Geschmack, der durch die Kombination von knusprigem Tofu und aromatischen Erdnüssen entsteht. Der Tofu selbst ist oft außen knusprig und innen weich, während die Erdnüsse eine nussige, leicht süße Note hinzufügen. Die verwendeten Gewürze und Saucen, wie Sojasauce, Sesamöl und manchmal auch Chili, verleihen dem Gericht eine würzige und leicht scharfe Note.
Insgesamt ist es ein ausgewogenes Gericht mit einer Mischung aus verschiedenen Texturen und Aromen, das sowohl herzhaft als auch leicht süßlich schmeckt.

Herkunft: China
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

220 g Erdnüsse
450 g Tofu
500 ml Öl zum Frittieren
5 EL Öl
4 Zehen(n) Knoblauch
1 EL Chili-Bohnen-Paste
2 EL Süße Bohnenpaste
1 EL Ketchup
250 ml Gemüsebrühe
1 ½ EL Zucker
1 ½ TL Essig
2 EL Kao-Liang-Schnaps
2 EL Sojasauce
2 EL Sesamöl

Vorbereitung

Die Erdnüsse in heißem Öl etwa 2 Minuten frittieren, dann aus der Pfanne heben, abtropfen lassen und beiseite stellen. Den Tofu in erdnussgroße Stückchen schneiden und etwa 2 bis 3 Minuten frittieren. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Aus der Pfanne heben, abtropfen lassen und beiseite stellen, dann eine Pfanne vorbereiten.

Zubereitung

5 EL Öl in die Pfanne geben und den Knoblauch darin goldgelb braten. Die Sojabohnenpaste, die süße Bohnenpaste und das Tomatenketchup zum Knoblauch geben und etwa 30 Sekunden dünsten. Die Gemüsebrühe, den Zucker, Essig, Kao-Liang-Schnaps und die Sojasauce hinzufügen und gut verrühren. Den Tofu und die Erdnüsse dazugeben und ca. 3 - 4 Minuten weiterkochen. Sobald die Brühe dickflüssig geworden ist, (eventuell die Hitze erhöhen), das Sesamöl einrühren. Die Erdnüsse auf einem Teller anrichten und 20 Minuten abkühlen lassen.

© 2026 coquina.de