



### **Hörndlipfanne mit Peperoni aus dem Wok und gebratenem Tofu (schmeckt garantiert allen)**

Zwei Peperoni in Streifen, eine kleine Zwiebel in Ringe schneiden und beides im Wok braten. Salzen, pfeffern und nach Belieben mit Kräutern etc. würzen.

Ca. 500gr Hörndli kurz kochen, wenn sie noch fest sind abschütten.

Gemüse aufgiessen mit einem Schuss Weisswein / Wasser aufgiessen, die Hörndli darauf leeren und ohne umzurühren mit Deckel zugedeckt dünsten.

Tofublock (Tofu von Coop schmeckt mir am besten!) mit Küchenpapier abtrocknen, 8 mm dicke Stücke schneiden, mit Sojasauce übergiessen, einige Minuten stehen lassen und dann mit Hefeflocken bestreut auf beiden Seiten in einer separaten Pfanne mit etwas Öl anbraten, übrige Sojasauce darüber giessen.

Hörndli und Gemüse jetzt durchrühren, frische Kräuter und Samen dazu

Mit grünem Salat geniessen ♡