



Bio-Tofu

aus der Region



Mit der Marke **aareguet.ch** fördern und unterstützen wir die nachhaltige Landwirtschaft in unserer Region.

Die LANDI Aare lanciert im Zusammenarbeit mit dem Biohof Trimstein drei weitere Produkte der Marke aareguet.ch.

Die drei Bio-Tofu-Sorten Nature, Kräuter und Geräuchert, werden in der Hof-Manufaktur aus regionalem Soja hergestellt.

Naturbelassene Ausgangsprodukte, Zeit, schonende und handwerkliche Verarbeitung – das sind die Grundzutaten, die es für die Produkte vom Biohof Trimstein benötigt.



Erfahren Sie mehr über den Biohof Trimstein unter biohof-trimstein.ch

Lassen Sie sich von den Rezeptideen inspirieren:

Tofu Bolognese Vegan

(für 4 Personen)

Zutaten

500 g Tofu Natur
1 l passierte Tomaten
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen gepresst
2 Rübli geräffelt
1 Sellerie
Tomatenpüree, Italienische Kräuter,
Salz und Pfeffer, Bratöl

Zubereitung

- Tofu zwischen zwei Küchentüchern auspressen, komplett zerbröseln und in ausreichend Bratöl heiss anbraten
- Gemüse zugeben, dünsten
- Salz, Pfeffer, Kräuter, Tomatenpüree und passierte Tomaten zugeben. Sauce ca. 1 Stunde köcheln lassen
- Sauce mit Pasta vermischen und servieren

Tofu Sticks vegetarisch

(für 4 Personen)

Zutaten

500 g Tofu mit Kräutern
4 EL Mehl
2 Ei
Wenig Zitronensaft, Gewürze, Bratöl, Paniermehl

Zubereitung

- Den Tofu mit einem Küchenpapier abtrocknen. Danach in 2 x 2 cm dicke Streifen schneiden. Anschliessend mit Zitronensaft beträufeln und würzen
- Das Ei verquirlen
- Für die Panade Mehl in einen Teller geben. Tofu im Mehl wenden und überflüssiges Mehl abklopfen. Dann im Ei und abschliessend im Paniermehl wenden
- Tofu Sticks bei mittlerer Hitze beidseitig je 3–4 Minuten in ausreichend Bratöl goldbraun braten. Tofu anrichten und garnieren

Weitere Informationen zur Marke, Produkten und Produzenten finden Sie unter aareguet.ch

Ab sofort im Regio-Sortiment aller Volg, TopShops und LANDI Läden der LANDI Aare erhältlich.