

Paprika-Tofu-Aufstrich à la Liptauer

Zutaten:

- 150 g Tofu Natur
- 2 TL Tomatenmark
- 2 TL Sojasauce
- 1 TL Senf
- 1 TL Paprikapulver, edelsüß
- ¼ TL Kümmel, gemahlen
- 4 EL Margarine
- 1 EL Zwiebel, fein gehackt
- ½ roter Paprika, fein gehackt
- 1 Essiggurkenl, klein gehackt
- Salz, Pfeffer



Zubereitung:

Tofu mit einer Gabel fein zerdrücken, mit Tomatenmark, Sojasauce, Senf, Paprikapulver, Kümmel in einer Schüssel gut vermischen.

Margarine schaumig rühren und mit der Tofumasse vermischen. Zwiebel, Essiggurkenl, Paprika unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Roggen- oder Vollkornbrot servieren.

