



## Veganes Avocado Tartare mit Tomaten auf geräuchertem Tofu

Zutaten für ca. 4 Portionen:

4 Avocados  
2 große Tomaten  
100 g Zwiebeln  
60 g Schnittlauch  
Salz  
Pfeffer  
1 Zitrone  
1 Stück Tofu (ca. 250g), geräuchert  
Salat zum Garnieren

Zubereitung:

Avocados entkernen und in kleine Würfel schneiden.  
Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft vorsichtig vermengen.  
Tomaten ca. 1 Minute in kochendem Wasser blanchieren und danach sofort in kaltem Wasser abkühlen.  
Dann schälen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.  
Mit der gehackten Zwiebel vermischen.  
Mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Schnittlauch vermengen.  
Den Räuchertofu in dünne Scheiben schneiden, mit einer Ringform ausstechen und diese als Böden verwenden.  
Die Böden auf den Tellern platzieren, die Ringform aufsetzen und Avocado- und Tomatenwürfel nun schichtweise in die Ringform füllen.  
Mit Salat garnieren.

*Guten Appetit wünscht Ihnen Kochlehrer Timo Böhm!*