



Grill-Rezept der Woche

Kartoffel-Gemüse-Spieße mit Räuchertofu und Rucola-Joghurt-Dip

4 Portionen (16 kleine Spieße)

Für die Spieße

- 16 kleine Frühkartoffeln
- 16 Cocktailtomaten
- 4 Frühlingszwiebeln
- 300 g geräucherter Tofu
- 4 EL Olivenöl
- abgeriebene Schale von 1 Zitrone
- Salz/Pfeffer

Für den Dip

- 1 Handvoll Rucola
- 1 EL Olivenöl
- 250 g Joghurt (oder Hafer-, oder Sojajoghurt)
- Salz, Pfeffer

8 Holzspieße 30 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Inzwischen die Kartoffeln waschen und mit der Schale bissfest kochen.

Olivenöl und Zitronenschale, etwas Salz und Pfeffer verrühren und kurz ziehen lassen. Tomaten und Frühlingszwiebeln putzen. Das abgeschnittene Grün der Zwiebeln für den Dip aufheben. Die Lauchzwiebeln in 16 Stücke schneiden. Den Tofu in 16 Würfel portionieren.

Für den Dip den Joghurt cremig rühren. Rucola und Zwiebelgrün sehr fein schneiden und zum Joghurt geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Kartoffeln abgießen und kurz abkühlen lassen. Die Spieße abwechselnd vorsichtig mit Kartoffel, Lauchstückchen, Tomaten und Tofu bestücken, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Die Tofu-Gemüse-Spieße mit Zitronenöl einpinseln.

Die Spieße in einer Grillschale unter Wenden etwa 5 Minuten grillen. Dazu den Joghurt-Dip reichen.