



Tagliatelle mit Tofu Stroganow

🕒 15 min Zubereitungszeit

🕒 30 min Kochzeit

🔥 718 kcal pro Portion

••• Leicht

🇩🇪 Deutsche Küche

🌱 Vegan



Zutaten

2 Portionen

200 g Berief Tofu Natur

250 g Champignons

1 El Pfefferkörner, eingelegt

1 Zwiebel, rot

1 Knoblauchzehe

200 g Barilla Tagliatelle

200 ml Hafer Cuisine

100 ml Weißwein

1 Bund Dill

40 g Cornichons

Pflanzenöl zum Braten

Salz & Pfeffer zum Würzen

Zubereitung

- 1 Tofu in 1 cm große Würfel schneiden. In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Tofu von allen Seiten knusprig braun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 2 Tagliatelle in einem Topf mit ausreichend Salzwasser ca. 8–10 Min. kochen. Anschließend abschütten.
- 3 Champignons putzen und in Scheiben schneiden. Cornichons ebenfalls in kleine Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und in Würfel schneiden. Dill feinhacken.
- 4 In einer Pfanne etwas Öl erhitzen. Champignons anbraten. Zwiebel, Knoblauch, Cornichons und Pfefferkörner hinzugeben. Mit Weißwein ablöschen. Hafer Cuisine und Dill hinzugeben. 2–3 Min. leicht köcheln. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tofu hinzugeben.
- 5 Tagliatelle in der Sauce schwenken. Anschließend auf Tellern anrichten und servieren.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	545kJ /130kcal	2.995kJ /718kcal
Fett	4g	21g
davon gesättigte Fettsäuren	1g	6g
Kohlenhydrate	18g	99g
davon Zucker	2g	11g
Eiweiß	3g	19g
Salz	1g	3g