

# Tofu-Gerichte

**Beitrag von „Hawkeye“ vom 4. Juni 2012 16:55**

Also.

Da ich gestern allein kochen musste, bzw. nur für mich, weil ein Virus die halbe Familie dahingerafft hat, essenstechnisch und magenmäßig, habe ich mich dran gemacht diese Schnitzel auszuprobieren.

Und ich habe sie so zubereitet wie angedeutet: eingeweicht (10 Minuten) in Brühe, ausgedrückt, meliert, in Ei gewendet (man kann auch eifreies Pulver nehmen, das war mir gestern zu anstrengend), in Semmelbröseln paniert, in der Pfanne gebraten.

Ich muss sagen: gar nicht schlecht. die Konsistenz war gut, nicht schlabbrig wie gefürchtet. Und der Geschmack ok. Ich habe mit Cayennepfeffer nachgeholfen und einem Fleischgewürz, was mir eine Bekannte aus Ägypten mitgebracht hatte.

Vorteil: Die Bude hat nicht so stark gerochen wir bei normalen Schnitzelbraterein.

Mach ich wieder.

Jetzt bist du mit dem Grillen dran ;).