

Gemüsesülze

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

- 3 Stangen Spargel
- 1/5 Salatgurke
- 2/3 T Mais oder Erbsen
- 1/4 grüner Paprika (zu Mais) oder gelber (zu Erbsen)
- 1/4 roter Paprika
- 4-5 kleine Möhren
- 1/4 Pk (100 g) Tofu
- 1-2 TL Zitronensaft
- 1-2 EL Sojasauce
- 1 TL Agar-Agar
- ca. 2 T Gemüsebrühe
- 1 EL gehackte Petersilie
- Pfeffer
- Salz
- Öl

- Tofu in 3 Millimeter große Würfel schneiden, 20 Minuten in Gemüsebrühe marinieren, in etwas Öl anbraten.
- Gurke schälen und in halbzentimetergroße Würfel schneiden.
- Paprika in zentimetergroße Rauten, Möhren in Scheiben schneiden.
- Spargel schälen, holzige Enden abschneiden. Schalen und Enden in etwas Salzwasser auskochen, aus dem Wasser nehmen, Spargel darin nicht zu weich kochen.
- Spargel aus dem Wasser nehmen und in 2 Zentimeter lange Stücke schneiden.
- Restliches Gemüse nacheinander im gleichen Wasser kochen.
- Agar-Agar mit 3 EL Gemüsebrühe anrühren.
- Gemüsebrühe mit Gemüsebrühe auf 2 T auffüllen, mit Pfeffer, Zitronensaft und Sojasauce kräftig abschmecken, aufkochen, Agar-Agar dazugeben und 2 Minuten unter Rühren kochen.
- Petersilie, Gemüse und Tofuwürfel schichtweise oder gemischt in eine Form geben, mit der Agar-Agar-Gemüsebrühe auffüllen, erkalten lassen.
- Sülze aus der Form stürzen, in Scheiben schneiden.

Paßt zu: Getreide, Kartoffeln.

Hinweis: Die Gelierkraft von Agar-Agar schwankt stark. Bitte Packungshinweise beachten.