



Tofu-spiesjes met mango chutney saus

Voor ca. 8 spiesjes

Bereidingstijd: ca. 20 minuten

Ingrediënten

- 375 g tofu naturel
- zout
- 3 el Piri piri olie*
- 2 teentjes knoflook, gepeld
- 1 zoete puntpaprika
- 1 courgette
- 100 g Mango chutney saus*

Ingrediënten gemarkeerd met een * zijn verkrijgbaar als Fair Trade Original-product

Bereiding

Bereidingswijze:

Laat de tofu uitlekken en dep extra droog tussen stevig keukenpapier. Snijd de tofu in gelijke dobbelsteentjes en bestrooi met zout. Meng de olie met de knoflook en marineer hierin de tofublokjes. Maak intussen de groenten schoon, snijd in gelijke stukken en bestrijk met de overgebleven olie. Rijg groenten en tofu om en om aan satéprikkers. Verhit de bbq of grill en grill de tofu-groentespiesjes in circa 10 minuten rondom gaar en bruin. Serveer met de mango chutney saus.

Tip: Leg houten satéprikkers voor gebruik eerst ca. 10 minuten in koud water.