



## ZWARTE CAJUN TOFU

### NODIG:

Voor 4 personen

400 gram tofu

Olijfolie

### SPECERIJEN MENGSEL:

\*8 kruidnagels

\*1 theelepel komijnzaad

\*1 theelepel zwarte peperkorrels

\*1 theelepel gele mosterdzaadjes

\*1 theelepel paprika poeder

\*1 theelepel cayennepeper

\*1 theelepel gedroogde oregano

\*2 theelepels gedroogde tijm

\*1/2 theelepel zout

### BEREIDEN:

1. Rooster de kruidnagels, peperkorrels en mosterdzaadjes in een droge koekenpan tot ze gaan geuren. Haal van het vuur en stamp ze fijn tot poeder.
2. Meng het poeder met de rest van de ingrediënten voor het specerijen mengsel.
3. Laat de tofoe uitlekken, snij deze in 8 plakken en dep droog met keukenpapier.
4. Bestrijk beide kanten met olijfolie, en bestrijk daarna met het specerijenmengsel.
5. Laat een grillpan of koekenpan met een dikke bodem gloeiend heet worden,
6. En doe dan de plakken tofu in die pan en
7. Bak ze tot de specerijen zwart worden, draai ze dan om
8. En bak de andere kant ook. (evt kun je ze op de barbecue leggen, dat duurt wel lang)
9. Na het flink bakken haal je ze van het vuur, en
10. Serveer met mango chutney en/of een salade.

## **11. EET SMAKELIJK**

**Dit is een bijzonder tofu gerecht.**