Tofu mit gehacktem Schweinefleisch
Zhūròu suì dòufu

Tofu mit gehacktem Schweinefleisch (Zhūròu suì dòufu) ist ein köstliches chinesisches Gericht, das für seine harmonische Kombination aus zartem Tofu und würzigem Schweinefleisch bekannt ist. Der Tofu hat eine weiche und seidige Textur, die den kräftigen Geschmack des gewürzten Schweinefleischs wunderbar ergänzt.Das Gericht wird oft mit Sojasauce, Chinalauch, Ingwer und manchmal auch Chili zubereitet, was ihm eine angenehme Schärfe und Tiefe verleiht. Die Aromen der Sauce durchdringen den Tofu und das Fleisch, wodurch ein sehr ausgewogenes und aromatisches Gericht entsteht.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Schweinefleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
750 g Tofu
250 g Schweinehack
4 EL Sojasauce dunkel
6 EL Sojasauce hell
400 ml Fleischbrühe
30 g Zucker
4 EL Schwarze Bohnensauce
20 g Kartoffelmehl
6 g Salz
5 ml Sesamöl
2 cm Ingwer
1 Bund Chinalauch
3 EL Öl zum Braten
500 ml Öl zum Frittieren

Vorbereitung
Den Tofu in etwa 5 mm große Würfel schneiden. Ingwer und Schnittlauch spülen und fein schneiden. Die Speisestärke mit 20 ml Wasser anrühren und beiseite stellen.

Zubereitung
Öl in einen Topf geben und heiß werden lassen, bis etwa 80 bis 90 Grad. Die Tofuwürfel frittieren, bis sie hellbraun geworden sind, dann abtropfen lassen. Einen Wok (oder eine tiefe Pfanne) mit Öl geben erhitzen. Wenn das Öl heiß wird, den fein geschnittenen Ingwer zugeben, braten, anschließend das gehackte Schweinefleisch zugeben, mit Ingwer zusammen braten, dann 2 g Salz zugeben, kurz braten, herausnehmen und in eine Schale geben. Etwas Öl in den Wok geben. Wenn das Öl heiß wird, Bohnenpaste dazugeben, kurz braten, dann die Brühe, dunkle Sojasauce, helle Sojasauce, den Zucker und 4 g Salz zugeben. Wenn die Sauce aufkocht, den Tofu zugeben, etwa 15 Minuten kochen und braten, dann das Hackfleisch zugeben, einige Minuten zusammen braten. Anschließend die Speisestärke dazugeben (schnell braten, damit keine Klößchen

© 2026 coquina.de

entstehen) und zum Aufkochen bringen. Das Gericht auf eine vorgewärmte Platte geben, das Sesamöl darauf gießen, dann den Chinalauch darauf streuen und servieren.

© 2026 coquina.de