

## Lauch Spaghetti

mit Tofu Hack aus der Pfanne in einer scharfen Kochcreme Soße. Ein Gericht, welches aus Zutaten entstand, die über die Woche übrig geblieben sind. Wobei der Lauch auch schon kurz vor der Entsorgung in der Grüntonne stand.

Ein nicht ganz passender Rest vom Basilikum Pesto durfte noch als Topping mit dabei sein. Der Tofu Block war zwar schon ein wenig über die Zeit, aber das mit dem MHD nehme ich nicht immer so ernst.

Die Gewürzmischungen waren auch die Reste aus doch recht unterschiedlichen Richtungen. Aber auch die mussten aus Platzmangel für die schon aufgegebene Bestellung neuer Gewürze weichen.

### Zutaten für 2 Personen

200 – 250 g Spaghetti oder ähnlich lange Pasta

250 g fester Tofu

1 – 2 Stangen Lauch, je nach Größe

1 Zwiebel, fein gewürfelt

2 Knoblauch, frisch gerieben

200 ml Kochcreme auf Haferbasis, oder ähnlich

80 ml Gemüsebrühe, ohne Geschmacksverstärker

2 – 3 EL Creme Vega

1 EL Currypaste

1 TL Gochujang Scharfe Rote Pfefferpaste, oder ähnlich

neutrales Öl

Salz, Pfeffer

Gewürzmischungen nach Geschmack

Optional: Basilikum Pesto

<https://delvegan.food.blog/2023/11/26/lauch-spaghetti/>

### Zubereitung

Den Tofu ausdrücken und mit den Händen in eine Schüssel zerbröseln. Mit Salz, Pfeffer und Gewürzmischung würzen. Gut mischen und 60 Min. ziehen lassen.

In einer passenden Pfanne Öl sehr heiß werden lassen. Tofu zufügen und unter Rühren kross anbraten. Zwiebel und Knoblauch zugeben und weiter braten, bis die Zwiebel glasig erscheint. Den Lauch in nicht zu feine Ringe schneiden und mit in die Pfanne geben. Unter Rühren braten, bis dieser sich in der Pfanne auseinander fällt.

In einem passendem Topf die Kochcreme mit der Gemüsebrühe erhitzen. Die Currypaste, Pfefferpaste und Creme Vega darin auflösen. Abschmecken und evtl. noch mit ein wenig Salz würzen. Die Soße mit in die Pfanne kippen, gut mischen und zugedeckt warm halten.

Die Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente garen und direkt aus dem Topf in die Pfanne geben. Dabei auch noch ein wenig vom Nudelwasser zugeben. Alles gut verrühren und in passenden Schälchen servieren. Wer mag und zur Hand noch mit Pesto pimpen.