

KOPFSALATPÄCKLI VOM GRILL

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.

Grillieren: ca. 4 Min.

Ergibt 12 Stück

1 EL Butter

80g Haferflocken

2½ dl Kokosmilch

4 Stängel Stangensellerie
(ca. 250g), in Würfel

250g geräucherter Tofu,
in Würfel

½ TL Salz, wenig Pfeffer

12 grosse Kopfsalat-
blätter

2 EL flüssiger Honig

2 EL Sojasauce

1 TL Sambal Oelek

1. Butter in einer Pfanne erwärmen. Haferflocken ca. 2 Min. dünsten. Kokosmilch dazugießen, bei kleiner Hitze ca. 10 Min. köcheln.
2. Stangensellerie und Tofu daruntermischen, würzen, je auf die Mitte der Salatblätter verteilen, aufrollen, mit Küchenschnur zu Päckli binden.
3. **Holzkohle-/Gas-/Elektrogrill:** Päckli über mittelstarker Glut oder auf mittlerer Stufe (ca. 200 Grad) rundum ca. 4 Min. grillieren.
4. Honig, Sojasauce und Sambal Oelek verrühren, zu den Päckli servieren.

Tipp: Statt auf dem Grill Salatpäckli in wenig heissem Öl in einer beschichteten Bratpfanne rundum ca. 4 Min. braten.

Passt zu: Bierrisotto mit Hopfensprossen.

Portion: 358kcal, E 16g, Kh 27g, F 21g

