

# Rakott krumpli

*Juhász Zsolt receptje*

## Hozzávalók

- 1.5 kg krumpli
- 2 csomag (füstölt) tofu (szójakészítmény)
- 1 db gabonakolbász
- 4 dl szója joghurt
- borsikafű
- 1 teáskanál kurkuma
- 1 evőkanál (lehetőleg tengeri vagy Himalája) só

Ugyanúgy készül, mint a hagyományos rakott krumpli. A tejfölt készen vett szójajoghurttal vagy házi készítésű tofu-tejfőllel helyettesíthetjük. Tojás helyett tofut, füstölt kolbász helyett készen vett vagy házilag készült gabonakolbászt használhatunk.

A krumplit megfőzzük, meghámozzuk, majd felkarikázzuk. Egy tűzálló tál aljára egy kis tejfölt teszünk, majd rá egy réteg krumplit, amit enyhén megszóznak. Ráterítünk egy réteg tofut, rámorzsolunk egy kis kolbászt, majd meglocsoljuk tejfőllel. Így folytatjuk, amíg az alapanyagok elfogynak. A tetejére egy réteg krumpli és joghurt kerül. Előmelegített sütőben jól átsütjük, majd tálaljuk.

Így készülnek a hozzávalók:

### "tejföl"

- 1 csomag tofu (30dkg)
- másfél citrom leve
- 1 kiskanál mustár
- 1 kiskanál cukor vagy harmad mokkáskanál stevia
- kevés só
- kb. ½ csésze olíva- vagy más értékes növényi olaj
- víz (annyi, hogy végül önthető, kb. tejfölsűrűségű legyen)
- kevés hagyma, fokhagyma, kurkuma – ízlés szerint

A hozzávalók alaposan összeturmixolása után kész is az egészségesebb tejföl.

### "tojás"

- 1 csomag tofut összezúzzuk, hogy túrószerű legyen. Vékony szeletekre is vághatjuk, így jobban hasonlít a kemény tojásra, de kevésbé veszi be az ízeket.
- só
- 1 teáskanál kurkuma
- 1 teáskanál mustár

A hozzávalókat villával jól elkeverjük.

### "kolbász"

- ½ kg búza főve és összeturmixolva
- 3-4 evőkanál hidegen sajtolt növényi olaj (szőlőmag-, dió-, olíva-, napraforgóolaj vagy kókuszszír) (az ízeket a legjobban a kókuszszír és a szőlőmag olaj hozza ki)
- 1 fej fokhagyma összetörve
- pirospaprika, kömény

Az alapanyagokat jól elkeverjük. A felesleg akár szendvicskrémnek is felhasználható.