

## **Lupinen Gyros** mit Dillcreme und Tomatenreis

### ZUTATEN für 2 Personen

400g alberts **LupinenGYROS**

225g Tofu

40ml Sojamilch / Hafermilch

1 Bd. Dill

2 EL Gemüsebrühe

Salz und Pfeffer

200g Vollkornreis

1 kl. Dose Tomaten in Würfeln

Kräuter der Provence oder alternativ 3

frische Tomaten

### ZUBEREITUNG

Reis wie gewohnt kochen. Zum fertigen Reis die Tomaten aus der Dose (ohne die Flüssigkeit) geben, mit einer Gabel etwas zerkleinern und etwa 5 Minuten auf kleiner Flamme köcheln lassen. Mit Kräutern der Provence abschmecken.

Tofu, Soja- oder Hafermilch und Gewürze verrühren. alberts **LupinenGYROS** anbraten, mit der Dillcreme und dem Tomatenreis servieren.

**TIPP** dazu passt ein grüner Salat...