

Currytofu Madras im Wrap mit Dattelcreme

ZUTATEN für 3 Portionen

Für die Wraps:

- 3 Wraps
- 2 Möhren
- 1-2 Lauchzwiebeln, in Röllchen geschnitten
- ½ Gurke
- 1 rote Paprika
- 1 Dose Cashews gesalzen, geröstet
- 1 kl. Dose Ananas
- 1 **Currytofu Madras** & 1 Schuss **LupinenSAUCE**, 2 EL Öl



Für die Dattelcreme:

- 150g veganen Frischkäse natur
- 200g veganen Quark/Joghurt natur
- 200g Datteln getrocknet
- 1 kl. Frische Knoblauchzehe, gepresst
- 1 ½ TL Currypulver
- 1 Msp. Chilli
- 1 Msp. Salz

Optional:

- Saft ¼ Zitrone
- 1-2 EL Pflanzendrink



ZUBEREITUNG

Zuerst die Dattelcreme vorbereiten. Die Datteln, falls sie sehr trocken sind, für 5-10 Min. in einer Schüssel mit warmem Wasser bedeckt ziehen lassen. Abseihen und im Mixer/mit dem Pürierstab portionsweise grob vorpürieren.

Den Frischkäse, Quark/Joghurt, Curry, Chilli, Salz und Knoblauch hinzugeben und pürieren bis nur noch kleine Dattelstückchen zu sehen sind. Ggf. mit Zitronensaft, Pflanzendrink und/oder etwas mehr Joghurt abschmecken bzw. die Konsistenz anpassen. Zum Durchziehen kurz in den Kühlschrank stellen.

Nun das Gemüse säubern und ggf. schälen. Alles bis auf die Lauchzwiebelröllchen in dünne Streifen schneiden. Die Nüsse, Ananans sowie alle anderen Zutaten nach und nach bereitstellen.

Jetzt den **Currytofu Madras** in einer Pfanne mit Öl leicht kross anbraten und mit **LupinenSAUCE** ablöschen.

Den Wrap mit der duftenden Dattelcreme bestreichen und nach Gelüsten belegen. Voila, Currytraum genießen.

TIPP: Unser Currytofu Madras eignet sich super als Rühreiersatz. Einfach in der Pfanne zerbröseln, leicht knusprig braten und mit **LupinenSAUCE** ablöschen.