

Stekta blandade grönsaker

4 msk olja
3 pressade vitlöksklyftor
4 dl strimlad vitkål
2 skalade lökar, skurna i klyftor
1 liten broccoli, i buketter
2 stora fint strimlade morötter
2 dl sockerärtor (eller ärtor)
2 dl skivad svamp
2½ msk riven ingefära
2 dl vatten
½ buljongtärning
2 msk sojasås
1 msk maizenamjöl
s o p
1 tsk socker

Hetta upp oljan i en wok, eller tjockbottnad kastrull. Fräs vitlök och ingefära i några minuter. Tillsätt grönsakerna (är det mycket grönsaker så är det bättre att steka i omgångar), och stek under omrörning i ca 3 minuter.

Blanda under tiden soja, maizenamjöl, s o p, socker.

Ta upp grönsakerna och lägg i en skål. Häll i vatten och buljong i den tomma grytan. Tillsätt under omrörning sojablandningen och låt koka upp till lagom konsistens. Häll tillbaka grönsakerna, och koka i någon minut.

Servera med ris.

Stekt tofu

500 g tofu i kuber (1 cm)
1 dl soja
ca. 1 dl vetemjöl
1 msk (mindre om du inte gillar stark mat) pepparkryddor (t ex svart, chili, citron, jalapeno och cayenne)
salt

Marinera tofukuberna i sojan, i ca ½ timme (blir godare om de får marinera längre tid. Blanda mjöl och peppar och salt. Rulla tofun i mjölet, och stek på ganska hög värme, tills de har fått fin färg.

Rulltårta

3 dl vetemjöl
2- 3 tsk bakpulver
1.5- 1.75 dl socker
1 knivsudd malen kardemumma
1. 5 dl vatten
2 msk olja
ca 3 dl fruktmos eller sylt till fyllning

olja till bakplåtspapper

Smörj ett bakplåtspapper med olja, och vik upp kanterna. Lägg formen på en plåt. Blanda olja och vatten. Blanda alla torra ingredienser i en skål. Vispa ner vätskan i mjölblandningen, vispa inte för mycket bara... Häll smeten i pappersformen och grädda i 10 min, 250 grader. Lägg upp ett nytt bakplåtspapper och sockra på. Stjälp upp kakan på detta och bred på fruktmos. Rulla samman kakan i papperet och låt svalna.