

### Hacksteak Tofu Cashew und Gemüse - Kartoffelgratin - Gemischter Salat

**Ingrédients pour 4 personnes:**

400 g de tofu  
100 g de noix de cajou  
100 g de pousses de soja  
400 g de légumes  
(courgettes, carottes, raves,  
céleri rave, oignons, chou  
blanc)  
200 g de pommes de terre  
4 oeufs  
Sel, poivre

Bien mélanger les pousses de soja entières, les légumes, les pommes de terre, le tofu et les noix de cajou passées au robot (grandeur rösti).  
Epicer à votre goût (sel, poivre et par exemple Sambal Oelek, etc) et laisser reposer 1 heure.  
Presser l'appareil entre les mains pour enlever l'eau.  
Ajouter les oeufs battus et former des galettes épaisses.  
Les cuire dans une poêle avec un peu d'huile.  
Servir avec un gratin dauphinois et une salade mée.