

Marynowane tofu



Składniki

180 g tofu

5 łyżek sosu sojowego

2 łyżki oleju sezamowego

2 ząbki czosnku

Korzeń imbiru (kawałek
ok. 2cm)

Opis wykonania

Tofu to niezastąpiony składnik w kuchni wegańskiej i wegetariańskiej. Ma delikatny, ledwo wyczuwalny smak. Po odpowiedniej obróbce termicznej i zamarynowaniu zyskuje charakter. W Akademii Smaku pokażę, jak przygotować orientalną marynatę do tofu.



Tofu odsącz dokładnie z zalewy i pokrój na mniejsze części - 2-3 cm kostkę.



W pojemniku blendera umieść sos sojowy, olej sezamowy, obrany korzeń imbiru i ząbki czosnku. Wszystko zmiksuj, aż uzyskasz jednolitą emulsję.



Pokrojone tofu umieść w misce i dodaj marynatę. Wymieszaj. Całość odstaw na minimum 2 godziny do lodówki.