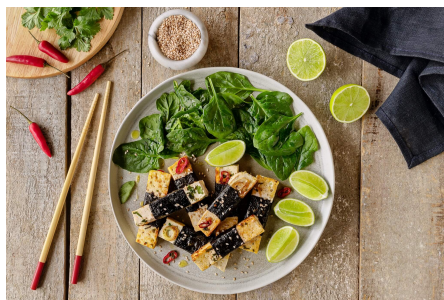




Tofu picante com alga nori



Categoria
Vegetariano



Tempo de preparação
Médio



Dificuldade
Fácil



Custo
"



Com quem?
Seleccionar



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

Q.b. de Azeite Gallo Bio Sabor Suave

- 300g de tofu
- 2 colheres de sopa de gengibre ralado
- 1 dente de alho picado
- 1 malagueta picada
- 2 colheres de sopa de coentros picados
- 1 colher de sopa de alho francês fatiado
- 4 folhas de alga nori
- 2 limas
- 2 colheres de sopa de cebolinho picado
- Q.b. de folhas de espinafres

Modo de preparação

1

Corte o tofu em retângulos, coloque numa taça e tempere com o gengibre, o alho, a malagueta, os coentros e o alho francês.

2

Regue com o Azeite Bio Sabor Suave e deixe a marinar no mínimo 30 minutos.

3

Corte as folhas de nori em tiras, enrole à volta do tofu.

4

Aqueça uma frigideira antiaderente com um pouco de azeite e cozinhe o tofu de ambos os lados até dourar.

5

Sirva em taças com lima, espinafres, cebolinho e malagueta picada e regue com um fio de Azeite Bio Sabor Suave.

Produtos utilizados



Bio Sabor Suave
Azeite Virgem Extra

Veja também

 Vegetariano  Rápido  Fácil

Quinoa com abóbora, espinafres e romã

 Vegetariano  Médio  Fácil

Pizza de cogumelos e trufas

 Vegetariano  Médio  Fácil

Falafel

 Vegetariano  Médio  Fácil

Hummus com azeitonas e queijo de cabra

 Vegetariano  Médio  Fácil

Tarte de legumes com burrata



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide