



Naked бурито с пушено тофу

🕒 20–25 Минути 

Подготовка

- 1 Измийте ориза в сито, докато водата се избистри и гответе според инструкциите на опаковката в тиган със солена вода и половин ч.л. Куркума Kotányi.
- 2 Нареджете на кубчета пушеното тофу, сотирайте в тиган с 1 с.л. зехтин и сложете настрана.
- 3 За да направите салцата: Обелете червения лук и го нарежете на малки кубчета. Измийте и нарежете кориантъра на ситно. Почистете чилито от семките и нарежете на малки парченца.
- 4 Доматите нарежете на кубчета, след това смесете с лука, чилито и половината кориантър. Добавете сока от лайм и хубаво овкусете със зехтин, сол и черен пипер.
- 5 Разполовете авокадото, извадете костилката, след това с лъжица внимателно отстранете месестата част от обелката и нарежете на дребно. Изплакнете обилно царевичата и боба в гевгир и оставете да се отцедят.
- 6 Овкусете готовия ориз със сол и черен пипер, поднесете го в купички и сервирайте с пушено тофу, сладка царевича, боб, авокадо и салца. Гарнирайте с останалата част от кориантъра и сервирайте

Съставки за 4 Порции

♦ = Kotányi Produkte

300 g	Ориз басмати
250 g	Пушено тофу
2 бр.	Авокадо
1	Консерва с царевича
1	Консерва с червен боб
1	Лайм
1	Червен лук
3 бр.	Домати
1	Чили чушка, малка
20 g	Кориантър, свеж Зехтин
0.5 ч.л.	♦ Куркума, мляна
Щипка	♦ Хималайска сол
Щипка	♦ Черен пипер, млян

