



Хрупкаво пържено тофу

⌚ 20–25 Минути 

Подготвка

- 1 Загрейте фурната на 240°C предварително. Разбийте яйцата с чесъна. В отделна купа разбъркайте киноата с пармезан, чия, лимонови корички, сол и черен пипер.
- 2 Нарежете тофуто на тънки резенчета (като за пържени картофки). Помопнеме всяко резенче в яйцата с чесън, а след това оваляйте в киноата с пармезан.
- 3 Наредете тофуто върху тава, покрита с хартия за печене и опечете на фурна за около 12 минути – докато тофуто стане хрупкаво и зламисто.
- 4 Сервирайте с асортимент от сосове и салати.

Съставки за 4 Порции

◆ = Kotányi Produkte

2 бр.	Яйца
50 g	Киноа
40 g	Пармезан, настърган
2 с.л.	Бели семена от чия
1	Скиладка чесън
300 g	Тофу
	Настъргана кора от лимон
3 с.л.	◆ Машерка, ронена
1 ч.л.	◆ Хималайска сол
	◆ Пипер меланж на зърна

