



Мариновани шишчета с тофу

⌚ 30–45 Минути   

Подготвка

- 1 Нарежете тофумо на кубчета около 2 x 2 см и ги затиснете между гъве парчета кухненска хартия за 30–45 минути, за да изстискаме течността от мяк.
- 2 През това време нарежете тиквичката на полумесеци и обелете лука - нарежете го на четвъртинки.
- 3 Разбъркайте всички необходими съставки за маринадата. Залейте тофумо с половината маринада.
- 4 Наредете съставките на дървените шишчета, редувайки тофу, тиквичка и лук.
- 5 Вместо да обръщате всяко шишче едно по едно, можете да сложите няколко в решетка за барбекю и да ги обърнете наведнъж.

СЪВЕТ: Вижте как да приложите техниката във видеото - линка над заглавието.

- 6 Пригответе шишчетата на грил, като ги намажете с остатъка от маринадата преди да ги обърнете.

Съставки за 6 Порции

◆ = Kotányi Produkte

500 g	Тофу
1 бр.	Кромид лук
2 бр.	Тиквички
18 бр.	Дървени шишчета

За маринадата

1 с.л.	Доматено пюре
1 с.л.	Кетчуп
3 с.л.	Ябълков оцет
3 с.л.	Олио
3 ч.л.	Соев сос
2 с.л.	Тръстикова захар
1 с.л.	◆ Пушен червен пипер, млян
1 с.л.	◆ Чесън на гранули
1 с.л.	◆ Куркума, мляна
1 с.л.	◆ Кориандър, млян
	◆ Морска сол

