

Мариновані шашлики з тофу

30—45 хв

Приготування

1. Нарізати шматочки тофу на скибочки товщиною приблизно 2 см, покласти їх між листами паперу для випікання. Щоб з тофу вийшла зайва вода, притиснути його товстими кулінарними книгами приблизно на 30-45 хвилин.
2. Тим часом можна нарізати кабачки кружальцями, а цибулину почистити та розрізати на четвертинки.
3. Для маринаду змішайте кетчуп, томатну пасту, соєвий соус, цукор, оцет і олію зі спеціями.
4. Нарізати тофу однаковими кубиками і занурити їх у половину маринаду. Тепер час збирати шпажки, завжди чергуючи тофу, цибулю та цукіні на дерев'яних шпажках.
5. Щоб уникнути нудного повороту кожного окремого шампура, треба просто затиснути їх у парі щипців для риби. Це дозволить вам повертати і обертати всі шампури одним легким рухом.
6. Просто смажити на грилі по кілька хвилин з обох боків, змащуючи один раз маринадом, що залишився.

Інгредієнти 6 порц.

= Kotányi Produkte

500 г	Тофу твердий
1 шт.	Цибуля
2 шт.	Кабачки
1 ст.л.	Томатна паста
1 ст.л.	Кетчуп
3 ст.л.	Яблучний оцет
3 ст.л.	Олія
3 ст.л	Соєвий соус
2 ст.л.	Тростинний цукор
1 ст.л.	Паприка підкопчена
1 ст.л.	Часник гранульований
1 ст.л.	Куркума, мелена
1 щіпка	Сіль морська йодована
18 шт.	Дерев'яні шпажки