

Nuggetsy Tofu

30—45 Min

Przygotowanie

1. Odsącz tofu wsadzając je między dwa ciężkie garnki na około 10 minut.
2. Następnie pokrój tofu na plastry o grubości 0,5 cm.
3. Do marynaty, wymieszaj wszystkie produkty wymienione w składnikach za pomocą trzepaczki.
4. Teraz zanurz tofu w marynacie, następnie w mące kukurydzianej, a następnie w panierce i lekko dociśnij panierkę. Powtórz ten proces ze wszystkimi plasterkami tofu.
5. Rozgrzej olej słonecznikowy na patelni i smaż nuggetsy przez około 4-5 minut z każdej strony na złoty kolor. Na koniec osusz kawałkiem ręcznika kuchennego.
6. Podawaj nuggetsy z różnymi sosami i dipami.

Składniki - Ilość osób: 4

= Kotányi Produkte

Podstawowe składniki

600 g	Tofu
1 butelka	Olej słonecznikowy (do smażenia)
1 szklanka	Mąka kukurydziana

Na marynatę

100 ml	Mleko roślinne
2.5 łyżki	Mąka orkiszowa
1 łyżeczka	Papryka Słodka mielona
0.5 łyżeczki	Kurkuma mielona
0.5 łyżeczki	Cebula granulowana
0.5 łyżeczki	Czosnek granulowany
1 łyżka	Sos sojowy
1 młynek	Pieprz Czarny ziarnisty

Do panierownia

5 łyżek	Mąka panko
3 łyżki	Bułka tarta
1 łyżeczka	Papryka Słodka mielona