

Веганская яичница из тофу

10—15 Мин.

Способ приготовления

1. Обсушите тофу бумажным полотенцем, затем накрошите на кусочки руками или вилкой.
2. Разогрейте масло на сковороде и обжарьте тофу. Посыпьте луком и потушите 4-5 минут, периодически помешивая.
3. Затем посыпьте сухими дрожжами, куркумой, щепоткой перца и паприкой и хорошо перемешайте. Добавьте соевый йогурт и перемешайте. Оставьте на 2-3 минуты. Приятного аппетита!

Ингредиенты 2 Порции

= Kotányi Produkte

200 г	Натуральный тофу
1 ч. л.	Лук репчатый сушеный
2 ст. л.	Растительное масло
2 ч. л.	Сухие дрожжи
0.5 ч. л.	Куркума молотая
75 г	Несладкий соевый йогурт
0.5 ч. л.	Соль
1 щепотка	Ч перца
0.5 ч. л.	Красный перец Паприка сладкая молотая