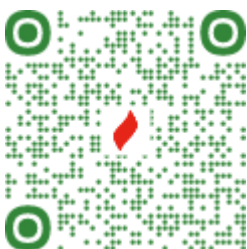




Składniki - Ilość osób: 2

♦ = Kotányi Produkty

4 łyżki	Oliwa z oliwek
2 łyżki	♦ Zioła dalmatyńskie mieszanka przypraw
1 łyżka	Soku z cytryny i starta skórka z jednej cytryny
1 łyżeczka	♦ Czosnek granulowany
1 łyżeczka	♦ Sól Wędzona morską
1 szczypta	♦ Chili Jalapeno kruszone
	Świeże zioła do smaku (tymianek, rozmaryn itp.)



Śródziemnomorska marynata do grilla

🕒 5–10 Min 

Przygotowanie

- 1 Zawiń tofu w papier kuchenny lub ściereczkę i delikatnie wyciśnij, aby usunąć nadmiar płynu. Następnie pokrój tofu w plastry lub kostkę o pożądanej wielkości.
- 2 Wymieszaj składniki marynaty w misce i pozostaw tofu do zamarynowania na co najmniej 30 minut.

WSKAZÓWKA: Wskazówka: jeśli pozostawisz tofu w marynacie na noc, nabierze ono jeszcze więcej smaku!