Наггетсы из Тофу



30—45 Мин.

Способ приготовления

1. Промокните тофу бумажным полотенцем, чтобы убрать лишнюю влагу.
2. Нарежьте тофу на кусочки кусочки 0,5 см толщиной.
3. Смешайте в миске все ингредиенты для маринада венчиком.
4. Смешайте панировочную смесь с хлебными крошками и паприкой.
5. Обмакните тофу в маринад, затем в кукурузный крахмал и в панировку и слегка надавите.
6. Подогрейте растительное масло на сковороде и обжарьте наггетсы около 4-5 мин. на каждой стороне до золотисто-коричневого цвета. Затем обсушите наггетсы бумажным полотенцем.
7. К наггетсам можно приготовить соус. Приятного аппетита!

Ингредиенты 4 Порции

= Kotányi Produkte

600 г	Тофу
	Подсолнечное масло (для жарки)
1 стакан	Кукурузный крахмал

Для маринада

100 мл	Растительное молоко
2.5 ст.л.	Полбяная мука
1 ч. л.	Красный перец Паприка сладкая молотая
0.5 ч. л.	Куркума молотая
0.5 ч. л.	Лук репчатый сушеный
0.5 ч. л.	Чеснок измельченный
1 ст. л.	Соевый соус
1 щепотка	Перец черный горошек

Для панировки

5 ст. л.	Панировочная мука панко
3 ст. л.	Панировочная мука обычная
1 ч. л.	Красный перец Паприка сладкая молотая