



Средиземноморска марината за тофу

⌚ 5–10 Минути   

Подготвка

- 1 Увийте тофуто в кухненска хартия и изстискайте възможно най-много от течността. След това нарежете на парчета по ваше желание, но имайте предвид, че трябва да са достатъчно големи, за да не падат между решетките на скарата.
- 2 Разбъркайте съставките за маринатата в купа и оставете тофуто да се маринова за половин час.

СЪВЕТ: Съвет: Ако имате възможност, оставете тофуто в маринатата в хладилник за една нощ, за още повече вкус!

- 3 С тази марината можете да овкусите не само тофу, но и мясо, както и любимите ви зеленчуци!

