

Ингредиенты 2 Порции

= Kotányi Produkte

4 ст.л.	Оливковое масло
2 ст.л.	Приправа Итальянские травы
1 ст.л.	Сок лимона
1 шт	Лимон (цедра)
1 ч.л	Чеснок измельченный
1 ч.л	Травы для салатов
1 щепотка	Перец черный молотый
	Свежие травы (тимьян, розмарин и тд.)

Средиземноморский маринад для тофу

5–10 Мин.

Способ приготовления

1 Заверните тофу в кухонное полотенце и слегка отожмите, чтобы удалить лишнюю жидкость. Затем нарежьте его на кубики нужного размера.

2 Приготовьте смесь для маринада и поместите тофу в неё. Оставьте мари новаться минимум на 30 минут.

ПОДСКАЗКА: Совет: если вы оставите тофу в маринаде на ночь, его вкус станет ещё более насыщенным.