



# Marinată mediteraneană de tofu

🕒 5–10 Min. 

## Pregătire

- 1 Înășurați tofu în hârtie de bucătărie și stoarceți-l ușor pentru a îndepărta orice exces de lichid. Apoi tăiați-l în felii de dimensiunea dorită.
- 2 Se amestecă ingredientele pentru marinadă într-un castron și se lasă tofu la marinat timp de cel puțin 30 de minute.

**SUGESTIE:** Sfat: Dacă lăsați tofu în marinată peste noapte, va avea și mai multă aromă!

## Ingrediente 2 Porții

♦ = Kotányi Produkte

4 linguri	Ulei de măsline de înaltă calitate
2 linguri	♦ Verdețuri italiene
1 lingură	Suc de lămâie și coaja rasă de la o lămâie
1 tsp	Sare afumată
1 lingură	♦ Usturoi granulat
1 vârf	♦ Chili Birdseye
	Ierburi proaspete după gust (cimbru, rozmarin etc.)

