



Tofu nugetky

🕒 30–45 Min 

Príprava

- 1 Najprv nechajte tofu 10 minút stlačené dvomi ťažkými hrncami, aby vytekla prebytočná voda. Potom tofu nakrájajte na 0,5 cm plátky.
- 2 Na prípravu marinády pomocou metličky zmiešajte všetky uvedené prísady.
- 3 Ponorte tofu do marinády, potom do kukuričného škrobu, potom pridajte strúhankovú zmes a jemne pritlačte strúhankovú vrstvu. Tento postup zopakujte pre všetky plátky tofu.
- 4 Teraz zohrejte slnečnicový olej na panvici a smažte nugetky približne 4 – 5 minút do zlatista. Potom nechajte odkvapkať na papierovej utierke.
- 5 Nugetky podávajte s hranolkami alebo zemiakovými mesiačikmi a rôznymi omáčkami a dípimi.

Ingrediencie 4 Porcie

♦ = Kotányi Produkte

600 g Tofu
1 šálka Kukuričný škrob
Slnečnicový olej (na vyprážanie)

Na marinádu

100 ml Rastlinné mlieko
2.5 PL Špaldová múka
1 PL Sójová omáčka
1 ČL ♦ Paprika špeciál sladká
0.5 ČL ♦ Kurkuma mletá
0.5 ČL ♦ Cesnak granulovaný
1 štipka ♦ Čierne korenie celé

Na zmes so strúhankou

5 PL Panko múka
3 PL Strúhanka
1 ČL ♦ Paprika špeciál sladká

