

Tofu nugetky

30—45 Min

Príprava

1. Najprv nechajte tofu 10 minút stlačené dvomi ťažkými hrncami, aby vytiekla 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 dipmi.

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