

SECONDI PIATTI

Tofu al tahin

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: molto bassa REPERIBILITÀ ALIMENTI: molto facile



INGREDIENTI

350 g di tofu
2 cucchiai di orzo o di riso
4 cucchiari di succo di limone
4 cucchiari di tahin (crema di sesamo)
olio extravergine d'oliva
sesamo.

PREPARAZIONE

- 1 Preparete una salsa mescolando il miso con il tahin e il succo di limone. Lavorate bene gli ingredienti con un cucchiario di legno sino ad ottenere una consistenza cremosa e quindi versate la salsa ottenuta sul tofu tagliato a fette sottili e adagiato su una teglia leggermente unta d'olio. Fate cuocere in forno per circa 15 minuti a 180° e servite infine su un piatto di portata decorato con del crescione fresco.