

SALSE E SUGHI

Salsa di tempeh

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [4 persone](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



INGREDIENTI

- 200 g di tempeh
- un cipollotto
- 2 cucchiaini di succo di limone
- 1 cucchiaio di olio di sesamo (oppure olio extravergine d'oliva)
- 1 tazza d'acqua
- 2 cucchiaini di prezzemolo tritato.

PREPARAZIONE

- 1 Tagliate anzitutto a pezzetti il tempeh e quindi cuocetelo a vapore per un quarto d'ora circa. Poi salatelo e mettetelo in un mortaio insieme all'olio, l'acqua e il succo di limone: pestate sino ad ottenere una pasta ben amalgamata e unite quindi il cipollotto finemente affettato e il prezzemolo tritato.
- 2 Otterrete una salsa particolarmente appetibile se accompagnata a insalate crude o verdure appena scottate, ma assai apprezzabile anche se spalmata su cracker o fette di

buon pane integrale tostato.