
Tofu z warzywami

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 1932 razy.

Czesc, Proponuje cos takiego wegetarianskiego:

jeden "serek" tofu,

2 papryki,

kubek pokrojonych pieczarek,

cebula lub dwie;

wszystko to podsmażyc na oleju, pod koniec dodac troche smietany albo jogurtu zeby sie zrobil fajny sosik. Mozna dodac jeszcze troche bulionu warzywnego zeby bylo troche wiecej sosu, albo zupe pieczarkowa z torebki.

Doprawic przyprawami i sosem sojowym.

Aha: warzywa pokroic a tofu podzielic na male kwadraciki i smazyc tak, zeby tofu sie troche zrumienilo.

Podawac z ryzem.

Smacznego!

From: knowacz <knowacz@usa.net>