

Gran mix di tofu

Scritto da Cristina Bruno

Lunedì 11 Marzo 2013 09:37 - Ultimo aggiornamento Lunedì 11 Marzo 2013 09:48

Gran mix di tofu

Il tofu non ha un sapore particolare ma accompagnato ad un soffritto di porri può diventare un gustoso e leggero condimento ad un mix di riso, miglio e grano saraceno.



Dosi per quattro persone: 400 gr di mix riso, grano saraceno e miglio, 250 gr di tofu, 2 porri, sale, pepe, olio.

Lavare il porro e tagliarlo a rondelle. Soffriggerlo in una padella con olio, sale e pepe. A fine cottura aggiungere il tofu tagliato a cubetti. Nel frattempo cuocere il mix. Una volta pronto unirlo al composto e servire. Buono caldo e anche freddo.