

Panzanella con il tofu

Scritto da Cristina Bruno
Venerdì 15 Giugno 2012 14:37 -

Panzanella con il tofu

La panzanella è un tipico, fresco, piatto estivo del centro Italia. Ne esistono numerose varianti. Oggi ne propongo una con il tofu. Chi non gradisse il tofu può sostituirlo con la mozzarella.



Dosi per quattro persone: 4 pomodori da insalata oppure una ventina di pomodori tipo ciliegino, 1 cipollotto, 250 gr di mozzarella oppure di tofu, 200 gr di olive verdi farcite, 150 gr di olive nere tostate, 200 gr di crostini, 5 foglie di basilico, prezzemolo, sale, pepe, olio, aceto balsamico.

Lavare e tagliare i pomodori e il cipollotto e metterli in una terrina. Tagliare il tofu o la mozzarella e unirli al resto assieme al basilico e al prezzemolo lavati e alle olive. Condire il tutto e alla fine aggiungere i crostini. Servire fredda.

