COCINANDOPORLAVIDA
Recetas paso a paso

Ver receta en la web



Tofu marinado con curry y cúrcuma

Receta para 2 personas

Preparación: 20 min
Total: 2 h
Dificultad: Muy fácil

INGREDIENTES

- [ ] 150 gramos Tofu
- [ ] 1 cda Cúrcuma
- [ ] 1 cda Curry
- [ ] 1 cdta Pimienta negra
- [ ] Aceite de oliva virgen extra
- [ ] Al gusto Semillas de sésamo

PREPARACIÓN

1. Para comenzar con la receta, secamos bien el tofu con ayuda de un papel absorbente. Lo cortamos en cubos pequeños y preparamos el marinado.

2. Para preparar el marinado añadimos, en un recipiente de cristal, la cantidad necesaria de aceite de oliva, añadimos 1 cucharada de curry en polvo y 1 cucharada de cúrcuma en polvo. Seguidamente, incorporamos la cucharadita de pimienta negra molida. En caso que queramos que tenga un toque más picante se le añade más.

3. Mezclamos con una cuchara y añadimos el tofu. Dejamos que se quede marinando en la nevera durante 1 hora y 30 minutos. Cuanto más rato, más sabor.

4. Pasado este tiempo, preparamos una sartén con unas gotitas de aceite de oliva virgen extra. Ponemos el fuego a temperatura media-alta y añadimos los cubos de tofu marinado. Los doramos unos minutos y los emplatamos.

5. Para emplatarlos y darles otro toque, espolvoreamos con unas semillas de sésamo y decoramos con perejil.

---

6. ¡Y listo para comer! ¡Qué aproveche!
