

# Wegetariańska sałatka z tofu

Autor: **veganka**

Przepisów: 1 Ocena: 11



1-2 os.



15 min



średnie



przystępne



fot.: mantra.pl

veganka | Smaker

## Składniki:

- kostka tofu, 1 szt
- oliwy z oliwek, 1 Ł
- sos sojowy, odrobinka do smaku
- żółtej papryki, 1 szt
- liści szpinaku (niekoniecznie), garść
- liście kapusty pekińskiej (może być również sałata), 2 szt
- mały pomidor, 1 szt
- kiełków z fasolki mung, garść
- Pieprz ziołowy, odrobinka do smaku
- cytryna, odrobinka do smaku

## Sposób przygotowania:

- 1 Kroimy tofu w kostkę. Na rozgrzaną patelnię z oliwą z oliwek wrzucamy tofu i smażyjemy aż się zarumieni. W ostatniej minucie smażenia polewamy tofu sosem sojowym cały czas mieszając. Odstawiamy do wystygnięcia.
- 2 W międzyczasie kroimy paprykę, szpinak, pomidor i sałatę. Wrzucamy do średniej miski i przyprawiamy do smaku. Polewamy odrobiną cytryny i dokładnie mieszamy. Dodajemy kiełki oraz tofu i mieszamy.

## Twoje notatki do przepisu: