Crujitofu

Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Monónimo



Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Aperitivo
Tipo de cocina: Normal
Otros: Cocina Saludable
Coste: Medio

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 300 g. de Tofu firme
- Aceite de oliva
- Sal
- 1 Huevo
- para rebozar de Harina integral
- para rebozar de Pan rallado
- Para la salsita:
- 2 Yogur natural
- 1/2 de Cebolleta
- 3 cucharaditas de Salsa de soja
- 1 cucharadita de Aceite de oliva

Preparación:

Paso 1

Para la salsa de yogur, pon en un bol la cebolleta picada y el yogur. Agrega la salsa de soja. Remueve y reserva. Corta el tofu en cuadraditos y sálalos. Rebózalos con harina, huevo y pan rallado y fríelos en una sartén con abundante aceite. Pon los bocaditos de tofu en un plato y acompaña con la salsa de yogur.