

## Croquetas de champiñones y tofu



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Penny **Recetizador:** mailo



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Vegana

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Económico

**Descripción:**

## Ingredientes para 4 personas :

- 1 paquete de Tofu
  - 300 gr de Champiñones
  - 2 rebanadas de Pan de molde
  - 1 chorreón de Salsa de soja
  - Sal, pimienta, ajo y perejil
  - 1 pepino
  - 2 cucharadas de Vinagre
  - 2 cucharadas de Agua
  - a gusto de Eneldo
  - Galleta picada
  - 2 cucharadas de Azucar
- 

## Preparación:

### Paso 1

Ecurrir el tofu y machacarlo bien con un tenedor. Picar los champiñones y añadirlos al tofu con las dos rebanadas de pan muy picadas. Mezclar bien y añadir salsa de soja pimienta, ajo y perejil. Formar las croquetas rebozándolas en galleta picada y freír.

### Paso 2

Para la ensalad, se corta el pepino en rodajas y en un vaso se diluye 2 cucharadas de azúcar, 2 de vinagre, 2 de agua, un pellizco de sal, pimienta negra molida y eneldo. Una vez disuelto, echar sobre el pepino y dejar en la nevera mínimo 30 minutos