Revuelto de tofu con verduras

Dificultad:
fácil
Nº de comensales: 1

/ Ingredientes

(Para 4 comensales)

- 500 g de tofu
- 100 g de cebolla morada
- 100 g de brócoli
- 1 diente de ajo
- 3 g de cúrcuma en polvo
- 60 ml de aceite de oliva
- 7 g de sal

/ Preparación

Preparación

-Trituramos el tofu (como si se tratase de carne picada).

-Salteamos el tofu en la sartén (con el fuego bien alto) con un poquito de aceite y sal, y pasados un par de minutos, hacemos un agujerito en el medio y agregamos el ajo picado.

-Mezclamos el ajo y el tofu y añadimos la cúrcuma en polvo. Una vez que adquiera una textura algo tostada (uno de los sellos de identidad del restaurante) apartamos la mezcla del fuego y reservamos.

-Cortamos el brócoli en arbolitos pequeños, la cebolla morada en juliana y el champiñón en pequeños trozos.

-Salteamos (por separado) el brócoli, la cebolla morada y el champiñón.

-Agregamos las verduras salteadas a la mezcla de tofu.

-Servir frío o caliente.