

Firin Baharatlı Tofu Küpleri

Toplam 35 dk

Hazırlama 10 dk · Pişirme 25 dk

4 kişilik

Kolay

~170 kcal

Açılış 3/10

Firin baharatlı tofu küpleri, vegan protein ihtiyacı için çeyrek yüzeyle ve kısa hazırlama süresiyle tepsi tarifi sunar.

Malzemeler

- 400 gr Tofu
- 2 yemek kaşığı Soya sosu
- 1 yemek kaşığı Zeytinyağı
- 1 adet Lime

Yapılış

- Tofuyu küp doğrayarak kurutun.
- Soya sosu ve zeytinyağıyla harmanlayın.
- Tofuyu 200°C fırında 25 dakika pişirip lime ile servis edin.

PÜF NOKTASI

Tofuyu mutfak havlusuyla kurutmak fırında daha iyi renk aldırır.

SERVIS ÖNERİSİ

Yanına lime dilimleri koyarak servis edin.

Alerjenler

Soya