

Salát z tofu

Kategorie: [Zdravá strava](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 4

- Pórek 1 ks
- Slunečnicový olej 1 lžíce
- Zelená nať 1 ks
- Tofu 200 g
- Pepř, sůl 1 špetka

Doba přípravy: 20 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Míchání

Země: Čína

Počet porcí: 4

Postup:

Tofu, které by mělo mít tužší tvarohovitou konzistenci, rozdrobíme do mísy.

K tofu přidáme nadrobno nakrájenou bílou část póru, zelenou nať a koření. Vše zakápneme olejem, promícháme a dáme vychladit do lednice.

Salát z tofu podáváme jako přílohu, předkrm, případně i jakou lehkou letní večeři.