Tempura z tofu a zeleniny

Kategorie: Předkrmy

Autor: wencek

Suroviny

Porce: 4

- tofu 225 g
- malé klásky kukuřice 125 g
- malé pórky 125 g
- malé mrkve 125 g
- malé cukety 125 g
- malé lilky 2 ks
- **Na těstíčko**
- hladká mouka 225 g
- žloutek 2 ks
- voda 3 dl
- **Na omáčku k namáčení**
- cherry 5 lžíce
- japonská sojová omáčka 5 lžíce
- med 2 lžička
- čerstvě nastouhaný zázvor 1 lžička
- česnek 1 stroužek

Doba přípravy: 40 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Smažení

Země: Japonsko

Počet porcí: 4

Postup:

1. Zeleninu důkladně opláchneme pod studenou tekoucí vodou, cukety a mrkve překrojíme podélně

na půlky, očistíme kukuřice a pórky na obou stranách, lilky nakrájíme na čtvrtky, tofu nakrájíme na kostky o hraně 2,5 cm
2. Připravíme těstíčko; žloutky prošleháme s vodou, přisypeme 175 g hladké mouky, a metličkou vyšleháme hustější těstíčko
3. Zbývající mouku vysypeme na čisté prkénko a zeleninu i tofu v ní obalíme
4. Nejprve v těstíčku obalíme kostky tofu a smažíme je v oleji vyhřátém na 180 °C 2-3 minuty dozlatova, usmažené kostky poklademe na papírové ubrousky a snažíme se je udržovat v teple
5. V těstíčku obalíme také veškerou připravenou zeleninu a po několika kusech ji smažíme v rozpáleném oleji 3-4 minuty, dozlatova, okapanou zeleninu klademe na ohřátou servírovací mísu
6. Připravíme si omáčku na namáčení; smícháme všechny ingredience uvedené výše
7. Hotový pokrm servírujeme ozdobený proužky mrkve, zázvoru a pórku spolu s omáčkou.

Poznámka:

Tempura je japonské národní jídlo, i když recept na tempuru na ostrov dovezli Portugalci. Většinou se připravuje ze zeleniny, ale také z ryb, hlavonožců ... Na originální tempuru je potřeba japonská moučka tempurako, kterou však u nás můžeme nahradit hladkou moukou.