

Špízy s TOFU

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 2

- kuřecí prsa 100 g
- tofu uzené 1 balení
- paprika 1 ks
- slanina anglická vcelku 100 g
- cibule 1 ks
- párky 1 ks
- koření grilovací 1 lžice

Doba přípravy: 45 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Pečení

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Všechny ingredience nakrájíme na menší kousky a střídavě napichujeme na jehly. Posypeme grilovacím kořením, vložíme do zapékačké misky (menšího pekáčku) a pečeme v předehřáté troubě asi 20 minut. Špízy průběžně obracíme. Sýr tofu má tu skvělou vlastnost, že se nerozteče.

Jako příloha se výborně hodí dušená zelenina (my máme nejraději baby karotku se zelenými fazolkami).