



Sałatka ryżowa z tofu

przepisy.pl



 45 minut  2 osoby  Łatwe

Składniki:

- ryż długoziarnisty - 100 gramów
- mała cukinia - 1 sztuka
- ugotowana czerwona soczewica - 1 szklanka
- mix sałat - 2 sztuki
- tofu - 170 gramów
- sos sojowy - 3 łyżki
- olej sezamowy - 1 łyżeczka
- masło - 1 łyżeczka
- mała cebula - 1 sztuka
- pieprz - 1 szczypta
- pomidory suszone w płatkach - 2 łyżki
- Rosół z kury Knorr** - 1 sztuka
- Przyprawa w Mini kostkach Czosnek Knorr** - 2 szczypty

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Kostkę Rosołu z kury Knorr rozpuść w gorącej wodzie, gdy się zagotuje wrzuc ryż i gotuj ok. 15 minut. Pod koniec gotowania dodaj pomidory suszone. Tofu pokrój w kostkę i zamarynuj w mieszance sosu sojowego i oleju sezamowego-ok. 15 minut. Po tym czasie zrumień na suchej teflonowej patelni.
2. Cebulę obierz i drobno posiekaj, zeszklij na maśle, dodaj startą na tarce o duchych oczkach cukinię. Gdy cukinia zmięknie dodaj ugotowaną soczewicę i odcedzony, ugotowany ryż. Krótko przesmaż i przełóż do miseczki. Wymieszaj z tofu i sałatami. Dopraw do smaku pieprzem i czosnkiem w mini kostkach Knorr.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl