



przepisy.pl

Smażone tofu ze szpinakiem



 20 minut  2 osoby  Łatwe

Składniki:

- świeże tofu - 250 gramów
- Curry Knorr** - 1 łyżeczka
- suszone pomidory - 80 gramów
- młode listki szpinaku - 150 gramów
- cebula - 1 sztuka
- szczypiorek - 0.5 pęczków
- natka pietruszki - 0.5 pęczków
- oliwa z oliwek - 60 mililitrów
- orzechy nerkowca - 40 gramów

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

Sposób przygotowania:

1. Tofu pokrój w kostkę o boku 1 cm, suszone pomidory w paseczki, cebulkę w drobną kostkę, a zioła posiekaj.
2. Szpinak umyj i osusz.
3. Na patelni podsmaż na oliwie tofu aż będzie złociste, dodaj cebulkę, pokruszone orzechy nerkowca oraz suszonego pomidory.
4. Dopraw curry Knorr i smaż jeszcze kilka minut.
5. Dodaj szpinak oraz zioła. Chwilę całość wymieszaj na gorącej patelni i natychmiast podawaj.

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