



Молодой горошек с сыром тофу



Ингредиенты

◦ Молодой горошек	2 банки (800г)
◦ Апельсин	1 шт.
◦ Масло растительное	2 ст. л.
◦ Тофу	300 г

Способ приготовления:



15 мин



4 порции



90 ккал

1. Порежьте тофу на кусочки. Промокните салфеткой. Разогрейте сковороду, добавьте масло и обжарьте сыр с двух сторон.

2. Апельсин помойте, натрите цедру. Сам апельсин разрежьте пополам и выжмите из него сок.

3. Подавайте жареный сыр тофу с молодым горошком, сбрызнув соком апельсина и присыпав цедрой апельсина. </p>



Совет

Чтобы убрать лишнюю жидкость из сыра, положите его на тарелку, сверху поставьте что-то тяжелое.

Еще больше идей на сайте: <https://bonduelle.ru>