

Hruškový salát s vínem, zelenými fazolkami a tofu

Celkový čas vaření **70 min.** 30 min. Doba přípravy **40 min.** Doba vaření

INGREDIENCE

10 Porce

Na salát:

240 g	cibule, nakrájené na tenké klínky
50 ml	řepkového oleje
1 l	zeleninového vývaru
80 ml	<u>Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná se sníženým obsahem soli</u>
2 g	pepře
1,6 kg	salátových brambor, nakrájených na kostičky (2 x 2 cm)

Na glazované tofu:

720 g	přírodního tofu, nakrájeného na kostičky (2 x 2 cm)
100 g	bramborového škrobu
100 ml	řepkového oleje

Na omáčku k tofu:

50 ml	<u>Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná se sníženým obsahem soli</u>
50 ml	agávového sirupu nebo jiného sladidla
100 ml	vody
20 g	čerstvého zázvoru, nastrohaného
12 g	česneku, prolisovaného

Další:

1,2 kg	hrušek, oloupaných a nakrájených na silnější plátky
100 ml	suchého červeného vína

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

V hrnci osmahněte cibuli na oleji po dobu 5 minut, dokud nezezlátne. Přidejte zeleninový vývar, Kikkoman Sójovou omáčku se sníženým obsahem soli a pepř.

Krok 2

Přidejte brambory k cibuli a vařte 25 minut.

Krok 3

Tofu vložte do sáčku s bramborovým škrobem a důkladně protřepejte, aby se rovnoměrně obalilo.

Krok 4

V pánvi rozehejte olej. Přidejte tofu a smažte přibližně 10 minut z každé strany, dokud nebude jemně zlatavé. Poté jej přendejte na talíř vyložený papírovou utěrkou, aby se zbavilo přebytečného oleje.

Krok 5

Připravte omáčku k tofu: smíchejte Kikkoman Sójovou omáčku se sníženým obsahem soli, agávový sirup, vodu, nastrohaný zázvor a prolisovaný česnek ve sklenici. Dobře promíchejte.

Krok 6

Po osmažení tofu nalijte do pánve připravenou omáčku a přiveďte k varu. Přidejte tofu a míchejte, dokud nebude celé obalené v glazuře. Vařte asi 10 minut.

40 ml agávového sirupu
800 g zelených fazolek (mohou
být mražené)
800 g vyloupaných edamame
80 g listů štovíku červeného
(alternativně: listová
petržel), nasekaných

Krok 7

Hrušky vložte do malého hrnce, přidejte víno a agávový sirup a vařte na středním ohni 10 minut, občas promíchejte.

Krok 8

Zelené fazolky očistěte a omyjte. Přidejte je spolu s edamame k bramborám a vařte další 5 minut.

Krok 9

Podávejte zeleninu na talíři spolu s glazovaným tofu a hruškami ve víně. Ozdobte nasekaným štovíkem červeným nebo petrželkou.