

## Grillowane buraczki z cukinią tofu i orzechami



**IWA643**



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
15 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
3 - 4

### SKŁADNIKI

<b>cukinia</b>	1/2 szt
<b>patison</b>	1/2 szt
<b>buraki</b>	2 szt
<b>tofu</b>	1/4 szt
<b>orzechy włoskie</b>	2 łyżki
<b>ocet balsamiczny</b>	1 łyżeczka
<b>olej</b>	2 łyżki
<b>miód</b>	1/2 łyżeczki
<b>Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat</b>	

### SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Patisona myjemy ,kroimy w plasterki solimy i odstawiamy na ok 20 min . Następnie płuczemy i grillujemy . Buraki obieramy i gotujemy do miękkości w wodzie z dodatkiem przyprawy uniwersalnej . Po ugotowaniu studzimy kroimy w plastry i grillujemy . Cukinię kroimy w plasterki i grillujemy . Grillowane warzywa układamy a półmisku . Posypujemy posiekanymi orzechami i kawałkami tofu .Robimy sos. Mieszamy olej z octem balsamicznym i miodem . Sosem polewamy warzywa. Doprawiamy pieprzem .