

Sajgonki z tofu



MANCIA W KUCHNI



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

Lista składników

papier ryżowy	8 płatów
marchew	1
kapusta pekińska	1/2 główki
papryka czerwona	1 szt
papryka żółta	1 szt
tofu twarde	2 op
posiekana dymka ze szczypiorem	
olej sezamowy	
sól do smaku	
sos chili	
sałatka	
szpinak świeży	5 garści
suszone pomidory	5 szt
oliwa z suszonych pomidorów	
słonecznik tuskany	garść prażonego

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Kapustę pekińską siekamy na drobne kawałki. Cebulę i marchew obieramy. Cebulę kroimy w piórka, a marchew ścieramy na tarce o dużych oczkach. Z papryki wydrążamy gniazda nasienne i kroimy w zgrabne słupki.
- KROK 2 W woku rozgrzewamy odrobinę oleju sezamowego i podsmażamy na nim warzywa. Przyprawiamy do smaku solą i sosem chili z ananasem. Farsz studzimy. ofu kroimy w słupki. Każdy płatek papieru ryżowego smarujemy wodą.
- KROK 3 Na środek układamy 1 łyżkę farszu warzywnego
- KROK 4 tofu i cebulę dymkę. Sajgonkę zwijamy podobnie do gołąbka. Składniki na sałatkę mieszamy ze sobą. Sajgonki są idealne zaraz po przyrządzeniu, ale równie dobrze można je odgrzać w mikrofalce lub na parze.