

szaszłyki z serem fofu i ananasem

MAGDALENA1110



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
5+

SKŁADNIKI

pomidory	20 dkg
ananas świeży	20 dkg
oliwa	2 łyżki
sos sojowy	3 łyżki
sok ananasowy	2 łyżki
sok z cytryny	1 łyżka
mięta posiekana	1 łyżka
sól do smaku	
pieczarki	10 dkg
tofu	40 dkg
papryka żółta	2 szt

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Ser kroimy na koskę 2 cm, pomidory myjemy, kapelusze pieczarek oczyszczamy i kroimy na plasterki 0,5 cm, paprykę myjemy oczyszczamy z gniazd nasiennych i kroimy na kawałki, ananasa obieramy i kroimy na plastry a plastry na duże kawałki. Tofu, warzywa i ananasa nabijamy na przemian na osiem pałeczek. Oliwę mieszamy z sosem sojowym, ananasowym i sokiem cytrynowym, dodajemy miętę. Szaszłyki smarujemy marynatą i odkładamy na 15 min. Szaszłyki osączamy lekko solimy i pieczemy na rozgrzanym grillu aż warzywa będą miękkie, od czasu do czasu smarujemy marynatą.