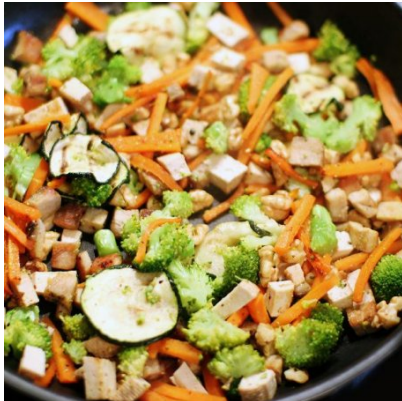


Warzywa stir-fry z tofu z nutą imbiru



DOROTA20W



CZAS
PRZYGOTOWANIA
15 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

tofu	kostka
brokuł	pół szt
marchew	1 szt
cukinia	kilka plastrów
orzecy włoskie	pół szkl
oliwa	2 łyżki
sól	
pieprz	
imbir świeży	1-2 cm

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Brokuła myjemy, dzielimy na różyczki.

Marchew obieramy, kroimy w zapałkę.

Tofu odsączamy, kroimy w kostkę.

Na rozgrzaną patelnię z oliwą dodajemy wszystkie składniki, ścieramy imbir, oprószamy solą i pieprzem.

Smażymy ok 5 min mieszając co jakiś czas.