

Albergínia amb tofu



Ingredients (per a 1 ració)

80 g de tofu

½ albergínia

50 g de bolets

25 g d'avellanes o nous pelades y torrades

Cibulet

Vinagre de vi

Oli de oliva verge extra

Salsa de soja

Elaboració

1. Picar els fruits secs i el cibulet. Barrejar en un bol el vinagre, la soja, el cibulet i els fruits secs. Afegir-hi un rajolí d'oli i remenar bé.
2. Tallar el tofu a daus i disposar-ho en un plat. Amarnir-ho amb la vinagreta de fruits secs i deixar macerar uns 30 minuts.
3. Col·locar la mitja albergínia tallada en un recipient apte per al microones. Afegir-hi dues cullerades d'aigua, tancar i coure uns tres o quatre minuts a màxima potència.
4. Retirar, separar la polpa amb una cullera i tallar-la a trossos grans.
5. Rentar i tallar els bolets si cal. Saltejar-los en una paella amb unes gotes d'oli a foc mitjà. Reservar.
6. Daurar l'albergínia a foc viu a la mateixa paella antiadherent amb unes gotes d'oli.
7. Servir en un plat juntament amb els bolets i el tofu marinat per sobre.