



## Tofu con nueces y Spaghetti sin gluten

Tofu con nueces y Spaghetti sin gluten

### Ingredientes

- 250 g de Spaghetti Doria Sin Gluten
- 100 g de tomates cherry o tomate chonto
- 1 berenjena pequeña
- 1 zucchini verde mediano
- 1 zucchini amarillo mediano
- 350 g de Tofu
- 30 g de Tahini
- 280 g de portobello o champiñón tradicional
- 100 g de nueces o almendras
- 6 g de romero o laurel
- Aceite vegetal o aceite de oliva (cantidad necesaria)
- Perejil liso o crespo (cantidad necesaria)
- Sal y Pimienta (cantidad necesaria)

### Preparación

1. Escurrir y secar el Tofu con ayuda de 2 toallas de cocina absorbentes durante una hora, para eliminar el exceso de agua. Una vez seco, cortar en cubos.
2. Poner a hervir una olla con agua y con una pizca de sal.
3. Picar igualmente en cubos medianos la berenjena y los zuchinnis. Los tomates cherry, cortarlos a la mitad.
4. Una vez rompa hervor el agua, cocinar nuestros Spaghetts Doria Sin Gluten, por un tiempo estimado de 10 minutos, para lograr el término deseado.
5. Después de cocinados, reservarlos en un bowl aparte, con un chorro de aceite vegetal.
6. Esto para darles brillo y para evitar que se peguen unos con otros.
7. En una sartén, con un chorro de aceite vegetal, asar el tofu cortado en cubos. Una vez asado, reservar aparte.
8. En la misma grasa donde se asó previamente el tofu, sofreír los zuchinnis, la berenjena y los tomates cherry.
9. Una vez sofritos, agregar el romero picado finamente y el tahini. Integrar a la mezcla. Todo esto a fuego medio-alto.
10. Una vez integrado todo, agregar los portobellos fileteados y dejar cocinar por unos minutos.
11. Agregar los Spaghetts Doria Sin Gluten, previamente cocidos, y saltearlos con la

mezcla de vegetales, hongos, especias y tahini.

12. Finalmente, agregar las nueces troceadas, el perejil liso picado finamente, corregir punto de sal y pimienta y presentar.
13. Para tener listo:
14. Antes de la sesión, se recomienda tener listo y picado el Tofu. Así mismo con las nueces.  
Agua hirviendo para cocción de pasta
15. Para hacer durante la sesión:
16. En el curso del proceso, al mismo ritmo del cliente, se pueden cortar las verduras. Una vez listas, retomar el paso a paso como se dicta anteriormente.