



Míchaná tofíčka

Rostlinnou variantu míchaných vajíček si zaručeně oblíbíte hned po prvním soustu. Chuť vajec jim propůjčuje zázračná sůl kala namak – nerafinovaná vulkanická sůl, která se těží v sopečných dolech Himálaje. Je specifická nejen tmavou barvou, ale hlavně jemným zápachem vajíček, za nějž mohou její siřičité složky. Pokud navíc použijete silken tofu, vaše tofíčka budou mít nejen chuť, ale i texturu míchaných vajíček.

Počet porcí: 4

Čas přípravy: 15 minut

Co potřebujeme:

- 400 g marinovaného tofu nebo silken tofu
- 100 ml rostlinného mléka nebo smetany
- 1 střední cibuli
- 4 lžičky lahůdkového droždí
- 1 lžička černé soli kala namak
- 1 lžička řepkového oleje
- ½ lžičky kurkumy
- špetku pepře
- jarní cibulku
- cherry rajčata
- čerstvé pečivo

1. Na řepkovém oleji orestujeme nadrobno nakrájenou cibuli.
2. Mezitím tofu rozdrobíme nebo rozmačkáme vidličkou. Poté ho přidáme na pánev společně s rostlinným mlékem nebo smetanou, lahůdkovým droždím a kurkumou. V případě, že vaříme ze silken tofu, použijeme pouze poloviční dávku mléka nebo smetany.
3. Směs v pánvi pořádně promícháme a na mírném plameni restujeme 3–5 minut.
4. Přidáme černou sůl. Tu si vždy necháme až ke konci vaření, aby při tepelné úpravě neztratila svou vajíčkovou chuť. Na tofíčka nameleme čerstvý pepř a vše znovu promícháme.
5. Nakonec přidáme jemně nasekanou jarní cibulku. Tofíčka podáváme s čerstvým pečivem a cherry rajčátky nebo jinou zeleninou dle libosti.

Tip: Tofíčka můžeme obohatit i dalšími ingrediencemi jako jsou žampiony, baby špenát nebo fazole v rajčatové omáčce a rostlinné párky. V této kombinaci povýší na kompletní víkendový brunch.