

Tofu con verdure alla wok

Ingredienti per due persone:

250 g di tofu al naturale

2 carote

1 porro (o mezza cipolla bianca)

300 g di broccoletti (o qualsiasi altra verdura di stagione)

20 g di olio extravergine di oliva

Salsa di soia (q.b., opzionale)

Sale e pepe (q.b.)

Preparazione:

In una wok o in una padella, aggiungere le verdure precedentemente ben lavate e tagliate a cubetti. Far saltare la verdure con olio, sale, pepe e salsa di soia. A metà cottura, aggiungere il tofù tagliato a cubetti e lasciar cuocere per 10-15 minuti.