

# Nuggets crujientes de tofu en horno Airfry

COOKING  
LOVERS TEKA



## Consejo del chef

Sirve calientes estos nuggets de tofu y acompáñalos con tu salsa favorita.

## Raciones para 1

**250 gr** Tofu natural firme

**2** Cucharadas de salsa de soja

**2** Cucharadas de bebida de soja

**1** Cucharada de aceite de oliva virgen

**1** Cucharada de ajo en polvo

Cucharadita de curry en polvo

Cucharadita de pimienta molida

Cucharadita de sal

Harina de garbanzo

**1** Cucharadita de orégano

- 1** Eliminamos el exceso de líquido del tofu envolviéndolo en un paño limpio un par de minutos.
- 2** Lo cortamos en dados de tamaño similar.
- 3** Preparamos un aliño con la salsa y la bebida de soja, el aceite, la sal y las especias.
- 4** Mezclamos los dados de tofu con el aliño en un recipiente y maceramos durante 30 minutos.
- 5** Pasado este tiempo rebozamos cada taco con harina de garbanzo y un poco de orégano.
- 6** Colocamos los tacos de tofu en la bandeja FryMaster Box y cocinamos en la función AirFry a 180º durante 15 minutos.

## Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/nuggets-crujientes-de-tofu-en-horno-airfry/>

