Tofu scramble al estilo huevos revueltos veganos



Consejo del chef

Puedes añadir un poco de perejil picado por encima y ¡listo!

Raciones para 1

- ❏ **100 gr** Tofu natural
- ❏ **1** Cebolla pequeña
- ❏ Tomates cherry
- ❏ Espárragos trigueros
- ❏ Rebanadas de pan al gusto
- ❏ Sal y pimienta
- ❏ Pizca de sal negra namak (opcional)
- ❏ **1** Cucharada de cúrcuma en polvo
- ❏ Perejil
- ❏ Semillas de calabaza
- ❏ Aceite virgen extra
- ❏ Hierbas provenzales

1. Desmenuzamos el tofu y lo escurrimos en un colador.
2. En una sartén con un chorro de aceite de oliva salteamos la cebolla picada durante 5 minutos.
3. Añadimos el tofu desmigado, salpimentamos al gusto y agregamos la cúrcuma.
4. Si queremos obtener un sabor muy parecido al huevo podemos incorporar una pizca de sal negra Kala Namak, pero es opcional.
5. Mezclamos bien y salteamos durante 10 minutos.
6. Mientras salteamos también los espárragos y los tomates cherry en otra sartén con un poco de aceite a fuego alto durante 7 minutos. Salpimentamos y añadimos hierbas provenzales al gusto.
7. Tostamos las rebanadas de pan y añadimos el tofu escramble encima, decoramos con los espárragos, los tomates y las semillas de calabaza.

Notas del Chef

https://cookinglovers.teka.com/es/receta/tofu-scramble-huevos-revueltos-veganos/