

# Tofu scramble al estilo huevos revueltos veganos

COOKING  
LOVERS TEKA



## 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 scramble encima, decoramos con los espárragos, los tomates y las semillas de calabaza.

## Notas del Chef

---

---

---

---

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/tofu-scramble-huevos-reveltos-veganos/>

