

Spezzatino di tofu Stroganoff

Ingredienti per 10 persone

1,3 kg	tofu
75 gr	burro per arrostire
1 x	spezie (sale e pepe)
1 x	condimento (paprica)
135 gr	cipolle
167 gr	cetrioli sott'aceto scolati
133 gr	funghi freschi
10 gr	paprica
0,2 l	vino da cucina rosso
30 gr	farina
6 dl	brodo vegetale
1,67 dl	panna acidula intera
1 x	sale e pepe

Preparazione preliminare

- Tagliare il tofu a larghe strisce dello stesso spessore, lasciarlo marinare una notte nel vino rosso, nella paprica e nell'aglio.
- Tritare finemente le cipolle.
- Tagliare i cetrioli a julienne.
- Tagliare i funghi a fettine sottili.

Preparazione

- Far saltare brevemente il tofu nel burro caldo, speziare.
- Far appassire le cipolle e aggiungere i funghi.
- Spolverare di paprica e farina e sfumare con il vino rosso.
- Versare il brodo e lasciar sobbollire.
- Aggiungere la panna acidula e le strisce di cetrioli aggiustando di sale e pepe.

Riso casimiro alla frutta

Ingredienti per 10 persone

1,5 l	salsa al curry all'indiana
400 g	banane
300 g	ananas fresco
300 g	mele Golden delicious
50 gr	uva
40 gr	burro per arrostire
1,1 kg	riso

- Sbucciare la frutta, lavarla e tagliarla a dadi grossi.
- Friggere bene nel burro, mescolare il tutto alla salsa e servire nell'anello di riso.

Salsa al curry all'indiana

Ingredienti per 1,5 litri

190 gr	cipolle
30 gr	pasta d'aglio (10 gr = 1 spicchio)
15 gr	burro per arrostire
30 gr	zenzero fresco
5 gr	coriandolo tritato
5 gr	curcuma
2 gr	cumino tritato
2 gr	Garam Masala
10 gr	paprica
300 gr	pelati
7.5 dl	acqua
240 gr	lenticchie rosse
0,6 dl	yogurt naturale aperto

Preparazione

- Far tostare leggermente le spezie nel burro, aggiungere le cipolle, friggere per 10 minuti, far rosolare lo zenzero fresco macinato e l'aglio per un minuto.
- Aggiungere le lenticchie e lasciar cuocere brevemente.
- Versare l'acqua e dopo 10 minuti i pelati, mescolare.
- Lasciar sobbollire fino a quando le lenticchie non si saranno ammorbidite, frullare e condire con lo yogurt.