Obalované tofu s kari omáčkou a rýží

Ingredience na 10 porcí

OMÁČKA

cibule loupaná – 150 g
česnek loupaný – 60 g
mrkev – 300 g
zázvor čerstvý – 30 g
řepkový olej – 150 g
kari koření – 15 g
kurkuma mletá – 2 g
garam masala – 10 g
kokosové mléko – 600 g
sůl – 15 g
agávový sirup – 80 g
limetková šťáva – 40 g

OBALOVÁNÍ

kukuřičná mouka – 120 g
panko strouhanka – 100 g
sójový nápoj – 250 g
tofu marinované – 800 g
sezam loupaný černý – 15 g

SERVÍRUJEME

koriandr čerstvý – 50 g
rýže basmati – 650 g

Omáčka

Nejprve si připravíme kari omáčku. Rozehřejeme olej a přihodíme cibuli a mrkev nakrájené na menší kusy. Restujeme, dokud cibule nezačne karamelizovat. Přidáme česnek a zázvor, po minutě vmícháme kari, garam masalu a kurkumu. Až se koření rozvoní, přidáme kokosové mléko a přibližně 70 ml vody. Osolíme a pod pokličkou vaříme, dokud zelenina nezměkne. Rozmixujeme tyčovým mixérem. Dochutíme agávovým sirupem a limetkovou šťávou. Omáčka má být spíše hustší.

Obalování

V jedné misce smícháme kukuřičnou mouku se sójovým mlékem a trochou soli, aby vzniklo hustší těstíčko. Do druhé misky nasypeme panko strouhanku. Ukrojíme plátek tofu (cca 80 g) a překrojíme ho na 3 trojúhelníky. Ty obalíme nejprve v těstíčku a poté v panko strouhance. Obalené tofu buď smažíme cca 3 min., nebo pokapané olejem pečeme v troubě na 175 °C cca 15 min.

Servírování

Hotové tofu klademe na omáčku, posypeme černým sezamem a nasekaným čerstvým koriandrem. Ideální přílohou pro tento pokrm je basmati nebo jasmínová rýže (175 g na porci).