

Albergínia amb tofu



Ingredients (per a 1 ració)

- 80 g de tofu
- ½ albergínia
- 50 g de bolets
- 25 g d'avellanes o nous pelades y torrades
- Cibulet
- Vinagre de vi
- Oli de oliva verge extra
- Salsa de soja

Elaboració

1. Picar els fruits secs i el cibulet. Barrejar en un bol el vinagre, la soja, el cibulet i els fruits secs. Afegir-hi un rajolí d'oli i remenar bé.
2. Tallar el tofu a daus i disposar-ho en un plat. Amarnir-ho amb la vinagreta de fruits secs i deixar macerar uns 30 minuts.
3. Col·locar la mitja albergínia tallada en un recipient apte per al microones. Afegir-hi dues cullerades d'aigua, tapar i coure uns tres o quatre minuts a màxima potència.
4. Retirar, separar la polpa amb una cullera i tallar-la a trossos grans.
5. Rentar i tallar els bolets si cal. Saltejar-los en una paella amb unes gotes d'oli a foc mitjà. Reservar.
6. Daurar l'albergínia a foc viu a la mateixa paella antiadherent amb unes gotes d'oli.
7. Servir en un plat juntament amb els bolets i el tofu marinat per sobre.