





Jesienny misz-masz

 Magda Wojtkiewicz

Polecane na: [danie główne](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 2 porcje

Składniki:

tofu naturalne - 250 g
sos sojowy - 2 łyżka
musztarda - 2 łyżka
miód - 1 łyżka
masło orzechowe - 1 łyżka
ryż czerwony - 1 torebka

warzywa mrożone - 1 opakowanie
cebula - 1 szt.
czosnek - 3 ząbek
pieczarki - 100 g
masło shea -

Sposób przygotowania:

KROK 1: Pokrój tofu w kostkę. Przygotuj marynatę - wymieszaj: sos sojowy, musztardę, miód oraz masło orzechowe.

KROK 2: Tofu oraz marynatę włóż do woreczka strunowego. Potrząśnij kilka razy zamkniętym woreczkiem tak, aby marynata oblepiła kawałki tofu. Następnie odłóż zamknięty woreczek na 20-60 minut w zależności od posiadanego czasu.

KROK 3: Ugotuj ryż według zaleceń na opakowaniu.

KROK 4: Podsmaż na patelni pokrojone: cebulkę, czosnek oraz pieczarki na maśle shea.

KROK 5: Na patelnię dodaj mrożone warzywa i smaź je aż będą miękkie. Dopraw według uznania

KROK 6: Na osobnej patelni podsmaż marynowane tofu do zarumienienia.

KROK 7: Danie gotowe:)