# Palak Tofu - tofu w sosie szpinakowym po indyjsku

wegeweda

Polecane na: **danie główne**

Kuchnia (region): **arabska**

## Warto wiedzieć:

20 min

4 porcje

## Składniki:

- Szpinak mrożony rozdrobniony - 450 g
- Cebula szalotka - 1 szt.
- Czosnek - 3 ząbek
- Tofu naturalne - 1 kostka
- Koncentrat pomidorowy - 200 g
- Śmietanka wegańska - 1/2 szklanka
- Garam masala - 1/2 łyżeczka
- Kmin rzymski - 1/2 łyżeczka
- Kolendra - 1/2 łyżeczka
- BIO PLANETE Olej do dań kuchni indyjskiej o smaku curry - 3 łyżka

## Sposób przygotowania:

*KROK 1:* Na patelni rozgrzej olej o smaku curry. Cebulkę szalotkę obierz i pokrój w kostkę, a czosnek drobno posiekaj lub przeciśnij przez praskę. Przełóż na patelnię i podsmaż na złoto.

*KROK 2:* Dodaj mrożony szpinak i duś pod przykryciem, aż szpinak się rozmrozi. Zdejmij przykrywkę i odparuj pozostałą część wody.

*KROK 3:* Dodaj garam masala, kmin rzymski, kolendrę i przecier pomidorowy. Wymieszaj.

*KROK 4:* Tofu pokrój w kosteczkę i przełóż do szpinaku. Na koniec dodaj śmietankę i wszystko porządnie wymieszaj. Podawaj z ryżem basmati lub jaśminowym. Smacznego!