# Sałatka z jarmużem, burakiem i tofu :)

Zdrowie na języku

Polecane na: **sałatki**

## Warto wiedzieć:

15 min | łatwy | 2 porcje

## Składniki:

- jarmuż - 120 g
- burak - 1 szt.
- komosa ryżowa - 100 g
- tofu naturalne - 100 g
- marchewka - 1 szt.
- sos tamari - 1 łyżka
- olej lniany - 1 łyżka

## Sposób przygotowania:

*KROK 1:* Tofu pokrój w kostkę, wyłóż na blaszkę z papierem do pieczenia, polej tamari i piecz 25 minut w 190*C.
Komosę ryżową ugotuj w stosunku 1 porcja komosy na 2 porcje wody.
Do miski przełóż jarmuż, dodaj startego buraka oraz pokrojoną w kostkę marchewkę.
Kolejno dodaj ostygniętą komosę i upieczone tofu. Całość polej olejem lnianym i skrop sokiem z cytryny.