

# ***Piatto asiatico con tofu e salsa di arachidi cremosa***



**Informazione per gli appassionati del burro di arachidi: la bomba proteica e ricca di sapore non è solo deliziosa se gustata pura, ma ha anche un ottimo sapore nelle salse per piatti asiatici.**

E' sempre una sorpresa quando si crea una ricetta, ma solo quando si cucina ci si rende conto che è anche vegana - come con questo piatto asiatico. E il fatto che vegano non significa perdita di gusto è dimostrato da questa specialità, che è piena di aromi.

Ma non è solo in termini di gusto che questa pietanza ci fa impazzire di piacere. Grazie a pak choi, peperoncino, zenzero e aglio, questo piatto contiene così tante buone sostanze nutritive che non è necessario avere la coscienza sporca quando se ne mangia una e più porzioni.

## **Tofu**

- 750 g tofu (al naturale), tagliato a dadini
- 0,5 dl di salsa di soia
- 2 spicchi di aglio, pressati
- 1 piccolo pezzo di zenzero, finemente grattugiato

## **Salsa di arachidi**

- 2 cipollotti, finemente tritati
- 1 peperoncino, finemente tritato
- 1 pezzo di zenzero • 2 spicchi di aglio • 1 dl di salsa di soia
- 1 cucchiaio di miele • 5 cucchiari di burro di arachidi
- 250 ml di latte di cocco • Olio di sesamo

## **Contorni**

- 300 g di riso basmati
- 1 cipolla rossa, finemente tritata
- 5 carote, tagliate a strisce sottili
- 3 pak choi (gambo e foglie separate), a striscioline
- 3 cipollotti tritati
- 2 cucchiari di salsa di soia
- 1 cucchiaino di zucchero
- Sale, pepe

1. Premere il tofu con la carta da cucina tra due libri per qualche minuto, tagliarlo a dadini, metterlo in un sacchetto di plastica e marinarlo con salsa di soia, aglio e zenzero per circa 4 ore.
2. Rosolare i cipollotti in olio di sesamo, zenzero, aglio e peperoncino.
3. Smorzare con salsa di soia, aggiungere miele, burro di arachidi e latte di cocco, ridurre il calore e far sobbollire leggermente.
4. Preparare il riso basmati secondo le istruzioni della confezione.
5. Rosolare la cipolla rossa in padella, aggiungere le carote e i gambi di pak choi e stufare.
6. Condire le verdure con salsa di soia, zucchero, sale e pepe.
7. Alla fine del tempo di cottura aggiungere le foglie di pak choi e i cipollotti.
8. Friggere il tofu in padella fino a quando non è croccante, predisporre tutto su un piatto e gustare.

**Tempo di preparazione: circa 1 ora e 30 minuti (tempo per la marinatura non calcolato)**

### Tahuna Sauvignon Blanc

Giallo pallido con riflessi verdi. Aromi fruttati intensi di cassis, uva spina, fiori di sambuco. Palato pieno con acidità fresca e succosa. Finale persistente.



[Visualizzare nello Shop Vini >](#)