



CURRY CON PAK SOI Y TOFU

INGREDIENTES

- 300 gramos de arroz integral
- 4 cucharadas de aceite de girasol
- 1 cucharada de polvo de curry
- 2 cucharadas de polvo de cúrcuma
- 400 ml de leche de coco
- 180 gramos de tofu en cuadritos
- 1 brécol, en florecillas
- 1 pak soi o ½ repollo chino en lonchas
- 2 cebolletas

EXPLICACIÓN

Hierve el arroz.

Caliente 2 cucharadas de aceite y fríe el polvo de curry por 1 minuto.

Añade la leche de coco y deja burbujear por 5 minutos.

Caliente el resto de aceite en fuego alto en otra olla y fríe el tofu por ca. 4 minutos alrededor crujiente y tostado.

Saca los de la olla y deja escurrirlos en papel de cocina.

Añade el brécol y pak soi al curry y cocinan esos por 5 minutos.

Sirve el arroz en los cuencos y saca el curry y tofu crujiente al lado o sobre el curry

Rocía con cebolletas y sirve directo.

PLATO PRINCIPAL

4 PERSONAS

TIEMPO: 40 MINUTOS

MIRA MÁS EN:

LA
COMIDA
Deliciosa

