



Espetinhos de tofu com cogumelos

Espetinhos de tofu com cogumelos

Ingredientes:

1 limão
1 dente de alho, esmagado
4 colheres de sopa de azeite
4 colheres de sopa de vinagre de vinho branco
1 colher de sopa de ervas aromáticas, picadas, tais como alecrim, salsa e tomilho
300 g de tofu
350 g de cogumelos
Sal, Pimenta
Ervas aromáticas, para guarnecer
Folhas verdes para salada
Tomates-cereja, cortados ao meio

Modo de preparo:

Rale finamente a casca do limão e esprema o sumo.
Junte o alho, o azeite, o vinagre e as ervas picadas à raspa e sumo de limão, mexendo bem. Tempere a gosto com sal e pimenta.
Corte o tofu em grandes pedaços com uma faca afiada. Enfie os pedaços em espetos, alternando-os com os cogumelos.
Coloque as espetadas num prato raso e regue com a marinada. Tape e leve a geladeira durante cerca de 1h e meia, virando os espetos de vez em quando.
Cozinhe os espetos numa grelha não muito quente, pincelando-as freqüentemente com a marinada e virando-as várias vezes, durante cerca de 6 minutos até estarem bem passadas e douradas.
Transfira para pratos de servir aquecidos, guarneça com ervas frescas e sirva as os espetinhos com uma salada vegetariana verde e tomates-cereja.

