

Riso basmati, tofu grigliato e salsina di pomodoro e rucola



Tempo di preparazione: 25 min.

Difficoltà: Facile

Ingredienti (4 persone)

• Ingredienti

- Passata di pomodoro biologica 500g 20 g
- Basilico qb
- Curcuma qb
- Maggiorana qb
- Olio extra vergine di oliva 20 g
- Pepe a piacere
- Riso basmati 400 g
- Rucola 4 mazzetti
- Sale a piacere
- Tofu 4 panetti (480 g)

Per questa ricetta abbiamo usato:



Preparazione

Mettete il riso basmati in una pentola, coprite di acqua tiepida fino a un dito sopra al riso e cuocete a fuoco moderato, girando di tanto in tanto. Una volta asciugata l'acqua, il riso è pronto, insaporite con sale, pepe, curcuma e qualche foglia di maggiorana fresca e lasciatelo raffreddare.

Tagliate a metà i panetti di tofu in senso orizzontale e cuoceteli in padella con un filo di olio e qualche foglia di basilico e teneteli da parte, mentre preparate l'emulsione di rucola.

Mettete la rucola in un bicchiere per il mixer con olio extra vergine di oliva abbondante e frullate fino a ottenere un composto liscio e omogeneo senza pezzetti.

Per l'emulsione di pomodoro versate la **Passata di pomodoro biologica Pomi** in un bicchiere per il mixer insieme all'olio extra vergine di oliva in pari quantità, ed emulsioniate con il mixer.

Per comporre il piatto, posizionate una fettina di tofu al centro e sopra formate un cerchietto di riso, aiutandovi con un coppa pasta, e appoggiatevi sopra un'altra fettina di tofu.

Decorate il piatto con delle gocce di emulsione alla rucola e con l'emulsione di pomodoro.