

Tempeh alla cipolla stufata e carciofi



Tempo di preparazione: 15 min.

Difficoltà: Media

Ingredienti (4 persone)

• Ingredienti

- Pomodoro a cubetti 3x400g 400 g
- Carciofi freschi 4
- Cipolla gialla 1
- Olio extra vergine di oliva qb
- Pepe qb
- Sale qb
- Tempeh fresco 400 g

Per questa ricetta abbiamo usato:



Preparazione

Tagliate la cipolla a julienne un po' grossolana e lasciatela stufare in padella con un goccio di olio. Aggiungete il tempeh tagliato a bastoncini e rosolatelo bene, a questo punto aggiungete il **Pomodoro a Cubetti Pomi** precedentemente scolato e fate cuocere.

A parte tagliate i carciofi freschi a julienne sottilissimi e lasciateli in frigorifero in una ciotola di acqua e un paio di limoni spremuti. Una volta cotto il tempeh insaporite di sale e pepe a piacimento e impiattate in una fondina.

Scolate e asciugate bene i carciofi tagliati e appoggiateli sopra al tempeh così da dare croccantezza al piatto, aggiungete un filo di olio a crudo e servite.