Tofu a la Barbacoa



Tiempo de preparación: 60 Min

Ingredientes

Aceite de girasol: c/n
Bastones de queso pategras semicongelados: 6 Unidades
Caldo de verduras: c/n
Tofu semiduro: 500 Gramos

crema de espinaca vegana

Espinacas: 50 Gramos

Salsa barbacoa

Aceite de girasol: c/n
Ají molido: c/n
Azúcar mascabo: 200 Gramos
Cebolla morada picada: 50 Gramos
Cebolla blanca picada: 50 Gramos
Comino: c/n
Dientes de ajo: 4 Unidades
Jengibre: 1/2 cda
Jugo de Naranja: 100 Gramos
Miel: 4 cdas
Orégano: c/n
Pimentón: c/n
Pimentòn Ahumado: c/n
Pimienta: c/n
Pure de tomate: 1 Litro
Sal: c/n
Salsa de soja: 100 c.c.
Semillas De Mostaza: 1 cda
Vinagre de Vino Blanco: 100 c.c.

Salsa blanca vegana

Avena procesada: 60 Gramos
Leche de almendras: 400 c.c.
Nuez Moscada: c/n
Sal: c/n

verduras braseadas

Caldo de verduras: c/n
Apio: 2 Tallos

Granos de pimienta: 1 cda
Hakusai: 1/4 unidad
Cebolla de verdeo: 3 Tallos
Puerro: 2 Tallos
Repollo blanco chico: 1/4 unidad
Sal: c/n
Cebolla: 2 Unidades
Zanahoria en rodajas: 200 Gramos
Papel aluminio: c/n
Hinojo: 1 unidad
Laurel: c/n
Perejil: c/n
Romero: c/n
Tomillo: c/n
Vino Blanco: 1/2 Litro
Zucchini: 1 unidad

Preparación de la Receta

Salsa barbacoa

- En una cacerolita con aceite de girasol *saltear* las cebollas y el *ajo* hasta que estén tiernos.
- Agregar puré de tomates, azúcar mascabo, semillas de *mostaza*, *jugo* de *naranja*, miel, sal, *ají* molido, *comino*, *jengibre*, pimienta, *orégano*, *pimentón*, *pimentón* ahumado, *vinagre* de vino blanco y salsa de soja.
- Mezclar y cocinar a fuego bajo hasta reducir y obtener el punto deseado.

Verduras braseadas

- En una sartén *dorar* los vegetales y *condimentar* con sal.
- Pasarlos a una placa de horno, añadir vino blanco, caldo de verduras hasta cubrir la base, pimienta, *romero*, *tomillo*, *laurel* y *perejil*.
- Tapar con papel aluminio y brasear en horno a 170° C hasta que los vegetales estén tiernos

Crema de espinaca vegana

- En una cacerolita llevar a hervor la leche de almendras
- Agregar la *avena* procesada y cocinar sin dejar de revolver hasta que espese la leche
- *Condimentar* con sal y nuez moscada, pasar por un colador y agregar las espinacas previamente cortadas.
- Llevar a horno hasta *gratinar*

Tofu

- Hacele pequeños cortes al **tofu** en sus laterales y colocar los bastones de queso.
- Sellar en una sartén con aceite y *dorar* de ambos lados
- Agregar la salsa barbacoa, un poco de caldo y llevar a horno bañando periódicamente con la salsa hasta que quede bien laqueado

Armado

- Colocar en un plato y acompañar de las verduras braseadas y la *crema* de *espinaca*.
- Servir el *tofu* acompañado de verduras braseadas, y la *espinaca* con salsa blanca vegana.

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/tofu-a-la-barbacoa