

TOFU NO BARRO COM ESPARGUETE



CONFEÇÃO

1. Na taça da CC, com a lâmina picadora (ultrablade) colocar a cebola, o alho, a salsa, o alho francês, o pimento e a beringela e picar 10 seg - Pulse (se necessário limpar as paredes da taça e repetir para ficar mais picado).
2. Trocar para o acessório misturador e juntar o azeite, o louro o sal, a pimenta e a calda de tomate e cozinhar Slow Cook P3 100°C - 5 min, e depois baixar para os 95°C - 10 min. Durante o processo pode ser necessário juntar alguma água a ferver para o cozinhado não pegar.
3. Juntar o esparguete e a água a ferver e continuar a cozinhar V3 - 100°C- 10 min.
4. A meio da cozedura do esparguete juntar o tofu cortado aos cubos previamente temperado com molho de soja.

INGREDIENTES

- 250G TOFU NO BARRO
- 200G ESPARGUETE
- 1L ÁGUA
- 100G CALDA DE TOMATE
- 1 CEBOLA GRANDE
- 2 DENTES DE ALHO
- 1 RAMO DE SALSA
- 1 ALHO FRANCÊS (PARTE BRANCA)
- 1/4 PIMENTO VERDE
- 1/4 PIMENTO VERMELHO
- 1 BERINGELA PEQUENA
- 2 FOLHAS DE LOURO
- AZEITE, SAL E PIMENTA QB.
- MOLHO DE SOJA QB.