



# ENSALADA DE DULCE DE MEMBRILLO Y TOFU

## INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 200 g de lechuga
- 150 g de membrillo
- 300 g de tofu
- 2 dientes de ajo
- 2 g de pimentón dulce
- 40 ml de salsa de soja sin gluten
- 40 g de aceite de oliva
- sal
- 2 g de pimienta molida

## LA PREPARACIÓN

- Dorar los ajos laminados en una sartén con aceite caliente.
- Añadir una cucharada de pimentón dulce. Remover y verter 2 cucharadas de salsa de soja. Salpimentar.
- Partir el tofu en dados, y sofreír en la sartén hasta que se dore.
- En una ensaladera colocar una base de lechuga, a continuación el membrillo cortado en dados y el tofu.
- Rociar con la salsa de la sartén.



**INFORMACIÓN NUTRICIONAL**

Hidratos de carbono 5.8 g	Grasas 13.4 g
Kcal 176	Proteínas 6.7 g