



PASTA CON TOFU MARINADO

INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 320 g de pasta grande
- 200 g de tofu
- 75 g de cebolla
- 1 diente de ajo
- 20 ml de salsa de soja
- 1 unidad de limon
- 2 g de orégano picado
- 5 g de perejil picado
- 40 g de aceite de oliva

LA PREPARACIÓN

- Poner en una fuente 2 cucharadas de zumo de limón, 2 cucharadas de perejil, 2 cucharadas de aceite de oliva, 2 cucharaditas de orégano 1 cucharada de salsa de soja, el ajo y la cebolla finamente picada.
- Cortar el tofu en cuadraditos y dejar marinando 1-2 horas.
- Poner en una bandeja de horno y calentar unos 10-15 minutos.
- Cocer la pasta en abundante agua con sal y un chorrito de aceite.
- Mezclar la pasta con el tofu.



INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 60.5 g	Grasas 13.8 g
Kcal 438	Proteinas 15.1 g