



# GRATINADO DE TOFU CON PATATA Y BERENJENA

## INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 500 g de patatas mantecosas
- 2 dientes de ajo
- 450 g de tofu
- 10 g de aceite de oliva
- 1 unidad de cebolla
- 20 g de pasta de tomate
- 20 g de harina
- 200 ml de caldo de verduras casero
- 2 unidades de tomate
- 1 unidad de berenjena
- 450 g de yogur natural
- 2 unidades de huevo
- sal
- pimienta

## LA PREPARACIÓN

- Cuece las patatas cortadas en rodajas en agua hirviendo durante 10 minutos, hasta que estén tiernas pero sin que se rompan. Escúrrelas y resérvalas.
- Calienta el aceite en una sartén y fríe la cebolla picada y el ajo chafado durante 2-3 minutos.
- Añade los dados de tofu, la pasta de tomate y la harina, y rehoga 1 minuto. Poco a poco, sin dejar de remover, incorpora el caldo de verduras y llévalo a ebullición. Baja



## INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 37.38 g	Grasas 12.3 g
Kcal 354	Proteínas 35.8 g

la temperatura y cuécelo a fuego lento 10 minutos.

- Extiende una capa de rodajas de patata sobre la base de una fuente para el horno. Pon la preparación de tofu encima.
- Coloca por encima del tofu una capa de tomate a rodajas, otra de berenjena y después el resto de las patatas, Comprobando que quede totalmente cubierto.
- En un cuenco, mezcla el yogur con el huevo batido y salpimienta bien. Con una cuchara, extiéndelo sobre las rodajas de patata.
- Cuece el plato en el horno precalentado a 190 ° durante 35-45 minutos, o hasta que la superficie se dore. Sírvelo caliente.