

Carbonara z tofu

Przepis

Informacje :

Stopień trudności: łatwy

Czas przygotowania: 5 minut

Liczba porcji: 1

Czas gotowania: 12 minut

Użyte akcesoria :

- nóż
 - mieszadło
 - tarcza
-

Przygotowanie :

1. Przygotuj produkty: obierz 1 ząbek czosnku. 70 g makaronu przygotuj zgodnie z instrukcją na opakowaniu.
 2. Do naczynia miksującego włóż trzpień i tarczę do krojenia. Zamknąć pokrywę tarczy. Zetrzeć czosnek - czas 20 sekund, prędkość 6.
 3. Otwórz pokrywę, zgarnij łydką czosnek. W dzbanku umieść mieszadło. 60 g tofu pokrój w drobną kostkę i wrzuć do misy. Dodaj oliwę, sól i pieprz. Zamknij pokrywę otwórz wieczko i duś 8 minut, temperatura 115, prędkość 1.
 4. Dodaj przez otwór mozzarellę i roztrzepane jajko. Duś przez przez 4 minuty w temperaturze 100 stopni, prędkość 1.
 5. Gorący makaron podawaj z sosem, możesz posypać pietruszką.
-

Wskazówki :

KCAL 423, B:22.8, T:24.7, W:26.3