

Vellutata di Zucchine al Tofu



TEMPI DI PREPARAZIONE 20 minuti

TEMPO DI COTTURA 20 minuti

Ingredienti per 4 persone

- / g 600 di zucchine
- / 1 scalogno
- / g 250 di TOFU VALSOIA (2 confezioni)
- / g 40 di OLIO DI SOIA VALSOIA (4 cucchiai)
- / sale e pepe

Procedimento

1. Lavate, spuntate e tagliate a rondelle le zucchine; sbucciate e tritate sottilmente lo scalogno.

2. In una pentola mettete l'OLIO DI SOIA VALSOIA, le zucchine e lo scalogno, e cuocete a fuoco bassissimo fino a quando le zucchine saranno diventate molto morbide. Spegnete il fuoco, lasciate intiepidire, quindi frullate bene unendo anche il TOFU VALSOIA sbriciolato.

3. Rimettete la vellutata sul fuoco basso, insaporite con sale e pepe, mescolate bene e lasciate cuocere ancora 2 minuti per amalgamare i sapori.