



Omlet z krewetkami i tofu

3 porcje

35 minut

Składniki

- 200 g tofu
- 150 g krewetek, obranych
- 1 jajko, roztrzepane
- 500 ml wody
- 15 g kolendry
- 15 g szczypiorku
- 30 g marchewki
- 8 g soli
- 1 łyżeczka cukru
- 15 ml wina białego
- 1/2 łyżeczki pieprzu
- 20 g mąki

Przygotowanie

1

Zamocuj ostrze wielofunkcyjne w kielichu do gotowania.

2

Umieść 200 g tofu, 150 g krewetek, 1 jajko, 15 g kolendry, 15 g szczypiorku, 30 g marchewki, 8 g soli, 15 ml wina, 20 g mąki, 1/2 łyżeczki pieprzu i 1 łyżeczkę cukru. Zamknij pokrywę kielicha.

3

Posiekaj.

4

Całość przełóż do miski. Przykryj miskę folią aluminiową i wstaw do naczynia do gotowania na parze.

5

Wyczyść kielich do gotowania.

6

Umieść 500 ml wody. Załóż zestaw do gotowania na parze na kielichu.

7

Gotuj na parze.

8

Gotowe do podania! Smacznego!