PARMIGIANA DI TOFU E MELANZANA

Ingredienti

1 melanzana lunga
1 melanzana tonda
100 gr. di pomodori canditi
origano
300 gr. di tofu
succo di 1/2 limone
salsa di soia
50 gr. di olive
2 acciughe sottolio
20 gr. di capperi
semi di girasole tostati

Procedimento

Tagliare la melanzana lunga a fette longitudinali e grigliarle – anche su di una padella antiaderente.
Tagliare a cubetti la melanzana tonda, salare e aggiungere origano e un filo di olio extravergine.

Cucinare in forno su una teglia con carta da forno a 160 °C per 10 minuti circa.
Unire in un mixer tofu, succo di limone, olive, acciughe, capperi, salsa di soia e pomodorini.
Emulsionare e unire i cubetti di melanzana.

Alternare alle fette di melanzane grigliate il composto di tofu e ultimare con i semi di girasole tostati.