

Vegánsky HOT DOG po Taliansky

Počet porcií: 2

Čas prípravy: 20 minút

Bez lepku

Postup prípravy

Paradajky (väčšie paradajky) ponoríme do vriacej vody asi na 1 minútu. Potom ich vyberieme a hneď premyjeme v studenej vode. Následne z nich ľahko stiahneme šupku. Očistený cesnak nadrobno nakrájame a krátko restujeme na rozohriatom olivovom oleji na panvici. Očistené paradajky nakrájame na kocky a pridáme k cesnaku. Keď sú takmer mäkké, pridáme k nim polovicu nakrájanej bazalky, soľ, mleté čierne korenie a sušené oregano. Hotovú zmes odstavíme zo sporáka. Medzitým si ugrilujeme tofu párky pikantné na grile, grilovacej panvici alebo toastovači. Tofu párky grilujeme asi 10 minút, kým jemne nezhnednú. Šampiňóny (4 ks) ošúpeme, nakrájame a zľahka ich opečieme na panvici s kvapkou olivového oleja, kým nezmäknú. Pečivo z jednej strany prekrájame, dáme doň zmes z paradajok, grilovaný tofu párok, šampiňóny a zvyšok najemno nakrájanej bazalky. Na záver môžeme na suchej panvici zľahka opiecť slnečnicové semienka a posypať nimi hot dogy.

Ingrediencie

- **Paradajky** - 100 g
- **Cesnak** - 5 g
- **Bazalka čerstvá** - 15 g
- **Olivový olej** - 20 g
- **Šampiňóny záhradné** - 50 g
- **Slnečnicové semienka pruhovaná pražená nelúpaná solená** - 15 g
- **Mleté čierne korenie** - 1 g
- **Oregáno drvené** - 5 g
- **Jedlá soľ** - 1 g
- **Baguettini Bianco BIO 200 g** - 400 g
- **LUNTER Tofu párky pikantné 200 g** - 200 g

VYTVORENÉ PROSTREDNÍCTVO

CELIATICA.SK

VÁŠ ZOZNAM ONLINE

