Красный карри с тофу в тайском стиле

OsThemes · 09.08.2023



Время готовки

40 минут

Сложность

Средне

Серверовка

3

Описание

Это достойное ресторана блюдо - легкий будничный ужин, наполненный ароматами и теплом. Отжимание тофу поможет удалить лишнюю воду и обеспечить хрустящую корочку. Вы также можете пропустить процедуру прессования или использовать вместо этого обжаренные во фритюре слойки тофу. Этот рецепт легко адаптируется, так как вы можете добавить больше кокосового молока (меньше бульона), чтобы сделать его более кремовым. Это также отличное блюдо для очистки холодильника: смело используйте любые овощи, которые есть под рукой, например, сквош, морковь, брокколи и другие виды грибов. Уровень остроты красной пасты карри варьируется в зависимости от марки, поэтому добавляйте больше, если хотите, чтобы карри было более пикантным.

Ингредиенты

— Предприятия по производству тофу — 400 г.
— Тайская красная паста карри — 2 ст. л.
— Имбирь — 5 г.
— Лук-шалот — 2 шт.
— Чеснок — 2 зубчика
— Соевый соус — 1 ст. л.
— Кокосовое молоко — 250 мл.
— Овощной бульон — 200 мл.
— Зелёная фасоль — 200 г.
— Пуговичные грибы — 150 г.
— Сахар — 1 ч. л.
— Тайский чили (по желанию) — 1 шт.
— Известь — 1 шт.
— Соль (по вкусу)
— Растительное масло (по вкусу)
— Кинза (для гарнира) (по вкусу)
— Жасминовый рис (сваренный
— для подачи) (по вкусу)

Способ приготовления

1. Извлеките тофу из упаковки и слейте воду. На тарелке оберните тофу бумажными полотенцами. Положите тяжелый предмет (сковороду или лист для выпечки) чтобы выдавить воду. Оставьте тофу примерно на 20 мин. Тем временем нарежьте стручковую фасоль и разрежьте ее пополам шампиньоны - на четвертинки. Тонко нарежьте лук-шалот мелко покрошите чеснок и имбирь. Когда тофу будет готов выбросьте бумажное полотенце и нарежьте кубиками примерно 2-3 см.
2. Ингредиенты: часть растительного масла. В глубокой сковороде с антипригарным покрытием разогрейте растительное масло на среднем огне добавьте кубики тофу обжарьте до золотистого цвета со всех сторон примерно по 2-3 мин. на сторону. Снимите со сковороды и отложите в сторону. Добавьте стручковую фасоль жарьте около 3 мин.
3. Ингредиенты для этого шага: 2 шт. лука-шалот 2 ст. ложки тайской красной пасты карри 250 мл кокосового молока 200 мл овощного бульона 1 ст. ложка соевого соуса 1 ч. ложка сахара кусочек соли.
4. Затем добавьте лук-шалот имбирь и чеснок жарьте недолго. пока они не станут ароматными. Добавьте красную пасту карри жарьте около 1 мин. Добавьте грибы жарьте около 2 мин. Влейте кокосовое молоко и овощной бульон. Доведите до кипения. Добавьте тофу варите пока карри не уменьшится примерно 5-8 мин. добавьте соевый соус сахар и приправьте солью.
5. Ингредиенты для этого этапа: 1 шт. лайма 1 шт. тайского чили (по желанию) кусочек жасминового риса (сваренного для подачи). Нарезать лайм четвертинками и тонко нарезать тайский чили. Переложите карри из тофу в тарелки для подачи. Украсьте листьями кинзы и чили. Подавайте с пропаренным белым рисом и свежим лаймом