



CUCINA CON NOI!

Tempeh arrostito con verdure marinate, scorza di limone, timo e salsa al vino rosso

Un piatto vegan in cui il vino rosso esalta gusti esotici di soia e tempeh

INGREDIENTI

800 g Contorno Amico Orogel

800 g tempeh

100 g salsa di soia

80 g olio evo

80 g zucchero

60 g olio di semi

40 g prezzemolo

40 g di cerfoglio per guarnire

30 g sesamo tostato

20 g rosmarino

20 g amido di mais

2 scorze di limoni

qb sale e pepe

1 litro di vino rosso

1 dl aceto di vino rosso



30



10

Preparazione



- 1 Per le verdure marinate: cuocere il Contorno Amico al vapore per 8 minuti. Condire con l'olio evo, la scorza dei due limoni grattugiata, il rosmarino e il prezzemolo tritati, il sesamo tostato, sale e pepe. Marinare per 15 minuti.
- 2 Per la salsa al vino rosso: cuocere lo zucchero con un goccio d'acqua fino a quando inizia a colorare. Sfumarlo con l'aceto, far evaporare completamente e aggiungere il vino rosso, farlo ridurre. Sciogliere l'amido di mais con un goccio d'acqua condirlo con sale e usarlo per la salsa.
- 3 Per il tempeh: tagliare il tempeh a fette spesse un centimetro e arrostitlo con l'olio di semi, quando è ben dorato sfumarlo con la salsa di soia, glassarlo fino a quando tutto il liquido non sarà stato assorbito.
- 4 Sul fondo del piatto disporre le verdure marinate, appoggiarvi sopra il tempeh, condire con la salsa al vino rosso e guarnire con il cerfoglio.

