

Receta

Ensalada de maíz elote

Ingredientes

4 mazorcas de maíz (sustituir por 1 lata de maíz)

3 pimientos

3 tomates medianos

2-3 dientes de ajo grandes

Queso fresco de tofu

1 bloque de tofu extra firme

1 lima

2 cucharaditas de pimentón ahumado

2 cucharadas de levadura nutricional

½ manojo de cilantro

Sal al gusto

Instrucciones

- Precalentar el horno a 425 F
- Envuelva los dientes de ajo en papel pergamino y áselos en el horno con el maíz.
- Coloca el maíz en una bandeja y ásallo hasta que esté ligeramente carbonizado (unos 15-20 minutos).
- Presione a mano y escurra el exceso de agua del bloque de tofu. Desmenúcelo en un bol grande.
- Exprima el jugo y la ralladura de lima.
- Triturar el ajo asado hasta obtener una pasta.
- Picar el cilantro.
- Mezcle la lima, el ajo y el cilantro con el tofu desmenuzado, el pimentón ahumado y la levadura nutricional.
- Salar al gusto.
- Meter en la nevera para que se enfríe.
- Cortar los pimientos y los tomates en trozos de 1/2 pulgada.
- Cuando el maíz esté lo suficientemente frío como para manipularlo, coloque las mazorcas de lado y corte los granos.
- Mezclar el maíz con los tomates y los pimientos.
- Incorporar el tofu desmenuzado.
- Ajuste el ácido si es necesario con un poco de vinagre.
- Servir frío.

Recipe

Elote corn salad

Ingredients

4 ears of corn on cob (substitute 1 can of corn)

3 peppers

3 medium sized tomatoes

2-3 large cloves of garlic

Tofu queso fresco:

1 block extra firm tofu

1 lime

2 teaspoons smoked paprika

2 tablespoons nutritional yeast

½ bunch cilantro

Salt to taste

Instructions

- Preheat oven to 425 F
- Wrap a couple cloves of garlic in some parchment paper and roast in the oven with corn.
- Place corn on a sheet pan and roast until slight char (about 15-20 minutes).
- Hand press and drain excess water from the tofu block. Crumble into a large bowl.
- Juice and zest lime.
- Mash roasted garlic into a paste.
- Finely chop cilantro.
- Mix lime, garlic and cilantro into the tofu crumble with the smoked paprika and nutritional yeast.
- Salt to taste.
- Place in the fridge to chill.
- Dice peppers and tomatoes into 1/2 inch pieces.
- When corn is cool enough to handle, lay cobs on their side and cut off the kernels.
- Combine corn with tomatoes and peppers
- Incorporate the tofu crumble.
- Adjust acid if needed with some vinegar.
- Serve chilled.