

Recipe

Tofu Scramble

Ingredients

- 1 box of extra firm tofu
- 2 tablespoons nutritional yeast
- 2 teaspoons garlic powder
- 2 teaspoons onion powder
- ¼ teaspoon turmeric powder
- 2 teaspoons paprika powder
- 1 teaspoon black salt (kala namak, optional)
- 2 teaspoons cornstarch (optional)
- 3-4 tablespoons of water
- ½ onion, diced
- ½ bell pepper, diced
- Handful of spinach (or greens of choice)
- 1 green onion, chopped

Instructions:

- Add diced onion and bell pepper into a pan with a splash of water. Soften over medium-high heat and then reduce heat to medium to brown the vegetables.
- Next, crumble tofu into the pan.
- Pour slurry of nutritional yeast, garlic, onion, turmeric, paprika powders and optional black salt and cornstarch over the tofu.
- Mix well and cook until desired firmness of tofu.
- Fold in the spinach to wilt.
- Serve with chopped green onions as garnish.

Receta

Tofu Revueltos

Ingredientes

- 1 caja de tofu extra firme
- 2 cucharadas de levadura nutricional
- 2 cucharaditas de ajo en polvo
- 2 cucharaditas de cebolla en polvo
- 1/4 cucharaditas de curcuma en polvo
- 2 cucharaditas de pimentón en polvo
- 1 cucharaditas de sal negra (kala namak, opcional)
- 2 cucharaditas de maicena (opcional)
- 3-4 cucharadas de agua
- 1/2 cebolla picada
- 1/2 pimiento morrón picado
- Un puñado de espinacas
- 1 cebolla verde, cordado.

Instrucciones:

- Agrega cebolla picada y pimiento morrón picados sobre un sartén con un chorrito de agua. Deje que se sofríen a fuego medio alto y luego reduce el fuego a medio para dorar los vegetales.
- Después desmenuza el tofu en la sartén.
- Echar la mezcla líquida espesa de levadura nutricional, ajo, cebolla, curcuma, y pimiento en polvos y sal negra opcional y maicena sobre el tofu.
- Mezcla bien y cocina hasta obtener la firmeza deseada del tofu.
- Incorpore las espinacas y cocine hasta que se ablanden.
- Sirva con cebolla verde picada como guarnición.