

Kızarmış pilav eşliğinde teriyaki kaplamalı tofu

toplam süre **25 dak.** 15 dak. hazırlık süresi 10 dak. pişme süresi

MALZEMELER

10 porsiyon

Yemek için:

- 100 ml** bitkisel yağ (kızartma için)
600 gr tofu (küpler halinde doğranmış)
300 gr arpacık soğanı (ince dilimlenmiş)
300 gr havuç (ince şeritler halinde doğranmış)
600 gr edamame (blanch edilmiş)
600 gr ıspanak (bütün yapraklar)
1,8 kg basmati pirinci (pişirilmiş)
500 ml Kikkoman Teriyaki Glaze

Servis için:

- 20 gr** acı biber (damak tadına göre)
50 gr bezelye filizi
50 gr çıtır kızarmış soğan
50 gr kavrulmuş susam

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Wok tavada yağı ısıtın. Tofuyu ekleyin ve altın rengi alıp kırılaşana kadar 3-4 dakika kızartın.

Adım 2

Arpacık soğanı ve havucu ekleyin. Yumuşayıp hafifçe kızarana kadar yaklaşık 3 dakika soteleyin. Edamame ve ıspanağı ekleyin. Ispanak yaprakları sönene kadar pişirin.

Adım 3

Pirinç ekleyin ve 3-4 dakika kızartın. Kikkoman Teriyaki Glaze'i ekleyin ve pilav tamamen kaplanana kadar iyice karıştırın.

Adım 4

Pilavı tabaklara alın. Acı biber, bezelye filizi, çıtır soğan ve kavrulmuş susamla servis edin.