

ZAPEČENÉ TOFU SE ŠPENÁTEM

Suroviny (pro 4 porce):

tofu	4 ks
špenát mražený (možno použít i čerstvý v odpovídajícím množství)	2 balení (2x 450g)
bylinkové sůl	
provensálské koření	
česnek	3 stroužky
cibule	1 ks

Postup:

1. Tofu podélně rozkrojíme na 3 tenké plátky. Z jedné strany jemně posypeme bylinkovou solí a provensálským kořením. Necháme uležet 2 hod.



2. Špenát necháme rozmrazit a lehce povaříme 10 min, příliš nepodléváme. Pokud použijeme čerstvý salát, nakrájíme jej nadrobno a v menším množství vody podusíme dokud nezměkne. Přidáme nadrobno nakrájenou cibuli a dusíme do změknutí. Lehce osolíme podle chuti.



3. Jakmile je cibule měkká, přestaneme vařit a přidáme namačkaný česnek.





4. Menší pekáček překryjeme alobalem a na dno vyskládáme plátky tofu. Rovnoměrně rozetřeme špenátovou směs na tofu a zaskládáme druhou vrstvou plátků tofu. Opět překryjeme špenátovou směsí a nakonec poklademe třetí vrstvou tofu.

5. Zakryjeme alobalem a vložíme do předehřáté trouby. Pečeme 30 min při 200°C.



6. Servírujeme s vařenými brambory, můžeme ozdobit čerstvou bazalkou.