

Špecle s uzeným tofu a špenátem

špecle	64 g
sůl	10 g
uzené tofu	50 g
cibule plátky	42 g
olej ml	20
mořská sůl	20 g
špenát mražený	34 g
sójová omáčka	10 g
česnek – rovná lžička	1
majonéza	50 g

Postup:

Špecle uvaříme v osolené vodě. Uzené tofu pokrájíme na kostičky, cibuli rozkrájíme na tenké plátky. Tofu, cibuli, olej a mořskou sůl smícháme, vložíme do trouby péct 30 min., do hrnce vložíme mražený špenát, přidat vodu, mořskou sůl, sójovou omáčku a česnek. Vaříme 10 min., dokud se špenát nerozpustí. Majonézu rozmícháme ve studené vodě a vlijeme do vroucího špenátu a chvíli vše povaříme.

Dochutíme mořskou solí.

Směs rozprostřeme na plech a zapečeme.