

Riso fritto con tofu e glassa teriyaki

Tempo totale **25 Min** 15 Min Tempo di preparazione **10 Min** Tempo di cottura

INGREDIENTI

10 Porzioni

Per il piatto:

- 100 ml** di olio vegetale, per friggere
- 600 g** di tofu, tagliato a cubetti
- 300 g** di scalogni, affettati finemente
- 300 g** di carote, tagliate a bastoncini sottili
- 600 g** di edamame, sbollentati
- 600 g** di spinaci, foglie intere
- 1,8 kg** di riso basmati, cotto
- 500 ml** Glassa Teriyaki Kikkoman

Per guarnire:

- 20 g** di peperoncino, a piacere
- 50 g** di germogli di pisello
- 50 g** di cipolla fritta croccante
- 50 g** di semi di sesamo, tostati

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Scaldare un wok con l'olio e friggere il tofu per 3–4 minuti fino a doratura e croccantezza.

Passaggio 2

Aggiungere gli scalogni e le carote e saltare per circa 3 minuti fino a quando non saranno diventati morbidi e leggermente tostati. Aggiungere gli edamame e gli spinaci e cuocere fino a quando le foglie di spinaci non saranno appassite.

Passaggio 3

Aggiungere il riso e friggere per 3–4 minuti. Versare la Glassa Teriyaki Kikkoman e mescolare bene con il riso fino a ricoprirlo uniformemente.

Passaggio 4

Servire il riso nei piatti e guarnire con peperoncino, germogli di pisello, cipolla fritta croccante e semi di sesamo.