

# Špízy s tofu

Časová náročnost: 40 minut

## Seznam přísad

4 balení	tofu
	sojová omáčka
	zelenina podle libosti (červená paprika, cuketa, červená cibule...)
	olej na smažení (např. řepkový)

## Restovaná zelenina

1 ks	cuketa
1 ks	červená cibule
2 ks	mrkev
1 ks	paprika (červená, zelená, žlutá)
	sůl
	pepř
1 ks	citron



## Postup přípravy

Tofu si nakrájíme na větší kostičky a naložíme na zhruba 30 minut do sojové omáčky. Zeleninu omyjeme, očistíme a nakrájíme také na větší kousky. Vezmeme si špejle na špízy a střídavě na ně napichujeme tofu a jednotlivé druhy zeleniny. Na pánvi si mezitím rozehřejeme olej a zprudka špízy opečeme dozlatova ze všech stran. Ihned podáváme.