

BRUKSELKA PIECZONA Z PIECZARKAMI I TOFU

Składniki

- 0,5 kg brukselki
 - 10 pieczarek
 - 1 kostka tofu wędzonego
 - 1-2 łyżki oleju
 - 2 łyżki sosu sojowego
 - 1 łyżka wody
 - 1 łyżeczka ksylitolu lub innego słodziwa
 - 1 łyżeczka soku z cytryny
-

- brukselkę kroimy na połówki, pieczarki na ćwiartki, a tofu w półplasterki
- mieszamy te produkty z olejem
- wysypujemy je na blachę wyłożoną papierem i wstępnie pieczemy przez 20 minut w piekarniku rozgrzanym do 180°C
- mieszamy sos sojowy, wodę, słodziwo i sok z cytryny
- powstałym sosem smarujemy, np. przy użyciu pędzelka silikonowego, upieczone produkty i pieczemy jeszcze przez 5 minut