

Ricotta de Tofu para Pizza o Pasta

INGREDIENTES

- 1 bloque de tofu firme (350 g / 12 oz)
- 2 cdas. de tahini
- 2 1/2 cdas. de levadura nutricional
- 2 1/2 cdas. de chalota
- 2 dientes de ajo
- 1/4 cdita. de nuez moscada rallada
- 1/2 cdita. de ralladura de limón (opcional)
- 1 cda. de jugo de limón
- 1 cdita. de sal marina
- 1/2 cdita. de pimienta negra recién molida
- 3 tzs. de espinaca baby

ELABORACION

- 1 Escurre el tofu firme y retira cualquier exceso de líquido. Desmorona finamente el tofu firme. Pica finamente la chalota. Pica finamente el ajo. Cocina al vapor la espinaca baby, pícala y escúrrela bien. Ralla la nuez moscada. Ralla la cáscara del limón si se utiliza.
- 2 Agrega el tofu firme desmoronado, el tahini, la levadura nutricional y la chalota picada finamente a un tazón. Mezcla para combinar. Agrega el ajo picado finamente, la nuez moscada recién rallada, la ralladura de limón (si se utiliza) y el jugo de limón. Mezcla nuevamente. Agrega la sal marina y la pimienta negra recién molida. Mezcla para combinar.
- 3 Incorpora la espinaca baby picada. Sepárala mientras la agregas. Mezcla hasta que esté completamente combinada.
- 4 La mezcla debe mantenerse unida bien pero no estar demasiado húmeda. Úsala como cobertura para pizza o como relleno para platillos como lasaña o manicotti.

TIPS & INFORMACION ADICIONAL

La levadura nutricional es un condimento en hojuelas, sabroso y con un ligero sabor a queso. Puedes encontrarla en la mayoría de los supermercados, normalmente en repostería o alimentos saludables.