

SPAGHETTI DI ZUCCHINA AL PROFUMO DI MOJITO

INGREDIENTI (per 4 persone)

5 zucchine
150 gr di tofu
10 pomodori secchi
olive nere denocciolate
2 rametti di basilico
2 rametti di menta
2 rametti di timo fresco
1 lime
olio Evo, sale q.b.



PREPARAZIONE

Sciacquate le olive sotto acqua fredda e asciugatele accuratamente.

Preriscaldare il forno a 115°, stendetele su una placca e infornate per 3 ore.

Lasciate raffreddare e tritatele con il frullatore o il cutter, ottenendo una polvere.

Defogliate basilico e menta e frullateli con olio EVO e un paio di cubetti di ghiaccio, per non perdere il verde della clorofilla. Filtrate e ottenete un olio.

In un tegame in teflon, scaldare un filo d'olio con il timo, aggiungete i pomodori tagliati a pois, il tofu a dadini e lasciate scaldare per 5 minuti a fuoco medio.

Con un affettaverdure a spirale, create degli spaghetti con le zucchine e saltateli in padella con un filo d'olio.

Impiattate come da immagine, cospargendo la polvere di olive sul fondo del piatto, adagiando gli spaghetti, il ragù vegano e completando con qualche goccia di olio alla menta e basilico. Terminare il piatto con una generosa grattata di scorza di lime.