

Carpaccio z červené řepy



22. 12. 2024

Recept je vhodný pro: [3. fáze](#)

Připravte si parádní recept, který je bohatý na vitamíny a minerální látky. Hotový je raz, dva.

Co potřebujete:

- 1/2 bulvy převařené a oloupané červené řepy
- 100 g tofu natural
- 1 lžíci citrónu
- 1 lžíci sójové omáčky
- 1 lžíci olivového oleje
- 1 lžíci čekankového sirupu
- 1 lžičku sušeného tymiánu
- Sůl a pepř

Jak na to:

- 1.** Řepu nakrájíme na velmi tenké plátky, které poskládáme dle libosti na mělký talíř.
- 2.** V misce smícháme šťávu z citrónu, sójovou omáčku, olivový olej, čekankový sirup, sušený tymián, osolíme, opepříme a důkladně promícháme.
- 3.** Řepu polijeme marinádou.
- 4.** Navrch můžeme nastroumat, nakrájet či rozdrobit tofu natural a servírujeme.

Tip: Naložte si tofu dva dny před použitím do slané nálevy. Vznikne vám "balkánské tofu".