



Foto meramente ilustrativa.

## Produção Hamburguer de Tofu

Ingredientes	Unid	Qtde líquida
<b>Tofu Okinawa (Agronippo)</b>	Gramas	250
Ovo	Unidades	1
Pão francês sem casca	Gramas	75
Molho de soja	Colheres de chá	4
Vinagre de arroz	Colher de sopa	1
Alho	Dente	1
Gengibre	Gramas	15
Maçã fuji	Unidade	1
Cebolinha fresca	Ramos	2
Sal refinado	Qb	
Pimenta do reino preta moída	Qb	
Azeite de oliva	Mililitros	15
Queijo Cheddar	Fatias	4
Molho de tomate	Gramas	400
Manjeriço fresco	Ramos	2
Alecrim fresco	Ramos	2
Mini pepinos em conserva	Unidade	2
Repolho roxo	Folhas	2
Alface americana	Folhas	2
Agrião	Folhas	4
Pão de hamburger	Unidades	2

### Modo de preparo

- 1 Amassar o tofu com as mãos até obter uma massa uniforme. Ralar o pão francês finamente. Descascar e ralar a maçã.
- 2 Picar finamente o alho e o gengibre. Cortar a cebolinha em rodela bem finas.
- 3 Num recipiente, juntar o tofu, o pão ralado, a maçã ralada, o gengibre, o alho, a cebolinha, o ovo, o vinagre e o shoyu. Ajustar o tempero com sal e pimenta do reino.
- 4 Misturar bem a massa e moldar 2 hamburguers.
- 5 Picar as folhas de alecrim e manjeriço e ferver com molho de tomate, apurando até obter a consistência de molho ketchup. Ajustar o tempero com sal.
- 6 Numa frigideira antiaderente, aquecer o azeite e fritar os hamburguers até ficarem dourados e crocantes. Colocar duas fatias cheddar em cada um e espremer derreter.
- 7 Cortar as folhas de repolho, alface e agrião em tirinhas finas (chifonade). Laminar os pepinos em conserva.

### Sequência de montagem

- 1 Cortar o pão no meio, passar o molho de tomate nos dois lados, fazer uma cama de folhas, colocar o hambúrguer, colocar os pepinos por cima e fechar. Servir quente.