

## Krupnik z kaszą orkiszową i tofu

- 1 średnia biała cebula
- 1 średnia marchewka
- 1 mała pietruszka
- 2 małe ziemniaki
- ok. 100 g wędzonego tofue
- 4 łyżki masła klarowanego
- 1/3 szklanki kaszy orkiszowej
- 2 liście laurowe
- 3 łyżki sosu sojowego jasnego
- 3 ziarenka ziela angielskiego
- czarny pieprz do smaku
- sól do smaku
- kilka gałązek natki pietruszki
- odrobina liści kolendry
- 3 łyżki oliwy z oliwek

Cebulę, marchewkę, pietruszkę kroimy w kostkę, wrzucamy na rozgrzane klarowane masło i smażyjemy na średnim ogniu, mieszając od czasu do czasu ok. 5-7 minut. Następnie dorzucamy pokrojone w kostkę ziemniaki, kaszę i zalewamy wszystko 1,2 l wody. Dodajemy liście laurowe, ziele angielskie i gotujemy całość na małym ogniu aż ziemniaki i kasza się ugotują. Na patelni podsmażamy na oliwie z oliwek pokrojone w małą kostkę tofu. Pod koniec, gdy się przyrumieni, dolewamy sos, a następnie całość dorzucamy do zupy. Solimy i pieprzymy do smaku, a na talerzu posypujemy poszatkowaną natką pietruszki i kolendrą.