

Polpette di carne e tofu

- 250 gr di tofu
- 300 gr di carne macinata
- 2 spicchi d'aglio
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 1 cucchiaino da caffè raso di sale
- 10 gr di burro
- 1 dl di vino bianco

In una ciotola mettiamo la carne macinata, il tofu a tocchetti, il sale, l'aglio e il prezzemolo tritati. Impastiamo con le mani amalgamando per bene gli ingredienti e formiamo delle piccole polpette.

In una padella rosoliamo il burro, adagiamo le polpette, rosoliamole da ambo le parti e sfumiamo con il vino.

Servire con il condimento di cottura.

Di cosa è fatto il tofu?

Il tofu nasce dai semi di soia secchi dal bel colore di un giallo intenso. È pure considerato formaggio vegetale ed è un alimento di origine orientale. Partendo dai semi di soia, e per ottenere il classico panetto bianco dal gusto neutro, deve seguire un processo produttivo particolare. I semi di soia vengono messi in ammollo in enormi



vasche d'acqua fredda per 24 ore. Il giorno successivo il loro volume è praticamente raddoppiato, poi si procede con un altro risciacquo. Di seguito vengono macinati tra due pietre. La pasta di soia che esce dalla macina è un mix di latte vegetale e semi di soia. A questo punto viene riscaldata a una temperatura di 105°, di seguito filtrata.

Alla parte liquida (latte di soia) viene poi aggiunto il cloruro di magnesio per ottenere la cagliata ed eliminare il siero, proprio come fanno i casari per produrre il formaggio.

Per ottenere un prodotto finale morbido e setoso, si passa alla pressatura in stampi rettangolari, tagliati a pezzi singoli e immersi in acqua fredda per il raffreddamento.