

Receta cedida por [Patricia Restrepo](#)



Preparación

1. Dejar a remojo las hijiki hasta que estén blandas. Desechar el agua del remojo y hervir durante 5 minutos.
2. Saltear las algas con aceite de sésamo, añadir el vinagre de arroz, la salsa de soja y el concentrado de manzana.
3. Calentar el tofu al vapor y deshacerlo con las manos en el suribachi.
4. Mezclarlo con el gomasio, añadiendo un poco de salsa de soja, concentrado de manzana y, por último, las algas hijiki que se habrán cortado previamente muy pequeñas.
5. Aderezar con un poco de vinagre de arroz y servir con aceite de sésamo tostado por arriba. También se le pueden añadir unas bolitas de pimienta roja o negra.

Paté vegetal de tofu con algas hijiki

Ingredientes

(Para 4 personas)

100g de
tofu
1 cucharada
de aceite
de sésamo
1 cucharada
de vinagre
de arroz
1 cucharada
de salsa
de soja
1 cucharada
de
concentrado
de manzana

(Para 4 personas)

Consejo

"Este snack es ideal para sorprender a los tuyos con un aperitivo 100% vegetal y saludable. "