

Plumcake con asparagi vegetariano



Ingredienti:

600 g asparagi

6 uova

150 ml latte di soia o mucca

50 g tofu

sale, pepe, erba cipollina, zenzero, curcuma

Pulite gli asparagi e metteteli nella casseruola con 100 ml d'acqua.



Coprite con Magic Cooker e cuocete 1 minuto a fiamma alta poi 10 minuti a fiamma bassa.

Nel frattempo preparate le uova con il latte, sale, pepe, curcuma, zenzero in polvere e l'erba cipollina.



Sbattete con la forchetta. Unite il tofu grattugiato e mescolate.



Ungete con olio uno stampo rettangolare, spolverizzate con un po di farina e mettete gli asparagi cotti per lungo. Versate una parte del composto delle uova, proseguite con altri asparagi e poi composto di uova. Decorate con le punte dei asparagi e mettete lo stampo nel kit forno spessore 3 cm.



Coprite con Magic Cooker e mettete sul fornello grande a fiamma alta per 5 minuti, poi fiamma media per circa 25 minuti. Spegnete il fuoco e lasciate coperto 5 minuti.



Buon appetito con Magic Cooker!

Ricetta fatta da Eliza Sestov.