

**CREMA ALL'AVOCADO** (piatto completo)

**Ingredienti** (per 4-6 persone)

- 300-330 g tofu bio ticinese
- 2 avocado maturi (mondati)
- succo di 2 o 3 limoni
- zenzero grattugiato fresco (secondo i gusti)
- 1 CdM salsa di soia tipo Shoyu o Tamari
- sale (secondo i gusti)
- un pizzico di curry e/o cumino indiano
- acqua fredda (secondo densità desiderata della crema)
- un po' di pepe, paprica forte o peperoncino
- 3 CdM pinoli e 3 CdM anacardi tostiti (facoltativi)

**Preparazione**

- tagliare il tofu a cubetti, metterlo in acqua bollente salata e sbollentarlo per un paio di minuti; scolare e raffreddare con acqua corrente;
- mettere il tofu in un frullatore a boccale assieme agli altri ingredienti; e frullare bene fino ad ottenere una crema liscia. Servire.

**Osservazioni:**

Le varianti sono infinite; potete anche aggiungere anacardi, pinoli o mandorle leggermente tostate al posto dell'avocado.

La preparazione può servire da aperitivo, entrata o piatto principale; è servita con bastoncini di verdure, grissini, cips di mais, gallette, fette di pane tostato, focaccine.

Per informazioni su salse tamari e shoyu vedi ricetta "Fette di tofu al basilico e limone".

Legenda: CdM = cucchiaino da minestra – cdt = cucchiaino da tè