



Tofu

Aineet: 7,5 dl soijapapuja
2,3 l vettä
2 tl nigaria + 1 dl vettä

Valmistus: Tofun valmistukseen tarvitset soijapapuja ja luontaistuotekaupasta saatavaa nigaria, joka saostaa tofun. Lisäksi tarvitset tehosekoittimen, vähintään 5 litran vetoisen paksupohjaisen kattilan, siivilän, harsokankaan tai mieluummin kaksi (20 x 20 cm), puulastan ja ensimmäisellä kerralla ainakin pari tuntia aikaa. Tofun valmistus vaatii rauhallista mieltä ja huolellisuutta.

1. Huuhtelevavut huolellisesti ja liota runsaassa vedessä yön yli.
2. Liotuksen jälkeen huuhtelevavut hyvin.
3. Jauha vavut tehosekoittimella tai lihamyllyllä hienojakoiseksi.
4. Kuumenna vesi kattilassa ja laita vavut kattilaan. Sekoita koko ajan huolellisesti, sillä seos palaa tässä vaiheessa herkästi pohjaan. Kun seos kiehuu, pienennä lämpöä ja anna kiehua hiljaisella lämmöllä noin 20 min.
5. Laita harsokangas siivilän päälle ja kaada seos sen läpi. Näin erottuvat soijamaito ja okara. Painele okaramassaa hiukan, että saat kaiken maidon irti. Jos sinulla on toinen hyvä kattila, voit siivilöidä maidon suoraan siihen.
6. Sekoita nigari desiin kuumaa vettä.
7. Laita soijamaito uudelleen kattilaan ja kuumenna kiehumispisteeseen.
8. Ota kattila pois hellalta ja aloita nigariveden sekoittaminen soijamaitoon. Tee se puisella kauhalla hyvin hitaasti ja varoen.
9. Anna seoksen seistä kannen alla noin 5 min.
Tofu alkaa pikkuhiljaa erottua nesteestä.
10. Laita harsokangas siivilän päälle ja kaada seos sen läpi. Pyri kaatamaan alussa kirkasta nestettä eli heraa pois. Harsoon jää tofujuustomassa ja hera valuu pois.
11. Sulje harsokangas tiiviisti (voit hiukan puristella ylimääräistä nestettä pois) ja laita paino sen päälle. Anna tofun puristua ainakin puolisen tuntia, että se tiivistyisi. Sen jälkeen se on valmista käytettäväksi ja säilöttäväksi.
12. Laita tofu raikkaaseen veteen, niin se säilyy viikon jääkaapissa. Vettä kannattaa vaihtaa päivittäin, jos säilytät sitä pidempään. Tofua voi myös pakastaa, mutta sen maku ja rakenne kärsivät hieman.
Tofun valmistuksesta jää noin 2 litraa soijarouhetta eli okaraa. Puristele siitä huolellisesti kaikki neste pois ja paahda miedolla lämmöllä kuivassa pannussa puolisen tuntia. Siitä tulee kuivahkoa hiukan paahdetun makuista rouhetta. Rouhe säilyy jääkaapissa noin viikon verran jatkokäsittelyä varten. Jos sitä ei paahdeta, se ei säily hyvin.

