**Nuggets crujientes de tofu**

Estos deliciosos “nuggets” de tofu son una fantástica alternativa a los "nuggets" de pollo con los que probablemente creciste. Bono: ¡a todos en la familia les encantarán!

#### Ingredientes

* **1 bloque** de 16 oz de tofu extra firme, escurrido y cortado en palitos de 1 ½ x 3 pulgadas
* **¼ taza** de harina de almendras o semillas de lino molidas
* **¼ de taza** de migas de pan de grano integral
* **¼ taza** de harina de maíz gruesa
* **½ cucharadita** de ajo en polvo
* **½ cucharadita** de chile en polvo
* **½ cucharadita** de pimentón ahumado
* **2 cucharadas** de levadura nutricional
* **½ cucharadita** de sal marina

#### Preparación

* 1. Precalienta el horno a 450 grados F (232 grados C).
* 2. En un plato poco profundo, combina la harina de almendras (o semillas de lino), migas de pan, harina de maíz, levadura nutricional, ajo en polvo, chile en polvo, pimentón ahumado y sal marina.
* 3. Uno a la vez, empana los nuggets de tofu en la mezcla de migas de pan.
* 4. Coloca los nuggets de tofu empanizados en una capa uniforme sobre una bandeja para hornear forrada con papel para hornear.
* 5. Hornea durante 30 minutos.
* 6. Sirve con catsup o tu salsa favorita.

#### Consejos Para Cocinar

* 1. Si usas una freidora de aire, hornea a 425 grados F (218 grados C) durante 25 minutos.