

TOFU FUMÉ CROUSTILLANT LAQUÉ

 Pour 4 personnes

 Préparation : 10 min

 Cuisson : 6 min




INGRÉDIENTS

- 1 bloc de tofu fumé (200 g environ)
- 1 c. à s. de sauce soja ou tamari
- 1 c. à c. de sirop d'érable
- 1 pincée de paprika fumé
- 1 pincée d'ail en poudre
- Poivre
- 1 c. à s. d'huile neutre

Option signature

- 1 petite goutte de vinaigre balsamique en fin de cuisson

PRÉPARATION

1. Couper le tofu en petits cubes réguliers.
2. Bien les sécher avec du papier absorbant.
3.  Plus ils sont secs, plus ils croustillent.
4. Chauffer l'huile dans une poêle à feu moyen-vif.
5. Déposer les cubes sans les remuer pendant 2 minutes.
6. Retourner et laisser dorer encore 2 à 3 minutes, jusqu'à belle coloration.
7. Ajouter la sauce soja, le sirop d'érable, le paprika et l'ail.
8. Mélanger rapidement et laisser caraméliser 1 minute.
9. Hors du feu, ajouter une micro goutte de balsamique si souhaité.
10. Poivrer légèrement.

