



CPE

Chez tante Juliette



Titre : Doigts de tofu rôti

Ingrédients :

16 blocs de tofu coupé en 16

Marinade :

½ tasse d'huile

2 tasse de tamari et/ou sauce Bragg

½ tasse de levure alimentaire

1 ½ cuil. À soupe de poudre d'ail, thym, poudre d'oignon, gingembre frais râpé ou en poudre.

Chapelure

Méthodes :

Placer les morceaux de tofu, debout, sur une grande paque.

Mélanger les ingrédients de la marinade et déposer sur le tofu.

Couvrir et réfrigérer 1 hr. Ou toute la nuit

Préchauffer le four à 450 F.

Passer les morceaux de tofu dans la chapelure

Déposer sur une plaque, papier parchemin et cuire quelques minutes.

Astuces : Servir avec un mélange moitié miel, moitié mayo.
Vaporiser la plaque et le tofu avec de l'huile.

