

CARRÉ AU TOFU



Ingrédients

TOFU RÉGULIER	454 g
OIGNON ESPAGNOL	1/2 un
CÉLERI	2 branches
CAROTTES	2 un
AIL HACHÉ DANS L'HUILE	1 c. à thé
HUILE CANOLA	1 1/2 c. à soupe
SEL	1/2 c. à thé
POIVRE	1/2 c. à thé
BASILIC EN PURÉE	1 c. à thé
ROMARIN EN PURÉE	1 c. à thé

SAUCE

OIGNON ESPAGNOL	1/2 un
AIL HACHÉ DANS L'HUILE	1/2 c. à thé
TOMATES BROYÉES	19 oz
JUS CITRON CONCENTRÉ	1 1/2 c. à soupe
SEL	1/2 c. à thé
POIVRE	1/2 c. à thé

Méthode

- **Égoutter le tofu et l'émietter au robot en y incorporant les assaisonnements.**
- **Ajouter tous les autres ingrédients et pétrir**
- **Quand la préparation se tient, l'étendre dans un plat allant au four sur papier sulfurisé**
- **Mélanger tous les ingrédients de la sauce et l'étendre sur la préparation de tofu**
- **Cuire au four à 325°F 20 à 30 minutes**

