



## Ingrédients

GINGEMBRE FRAIS	2 c. à soupe	MÉLASSE	2 c. à soupe
OIGNON JAUNE	1 un	TOFU FERME (225g)	1 un
HUILE DE CANOLA	2 c. à soupe	EAU	3 tasses
POIVRON ROUGE	1 tasse	CONCENTRÉ DE POULET	1 c. à soupe
POIVRON VERT	1 tasse	CONCENTRÉ DE JUS D'ORANGE	1 c. à thé
ANANAS	1 tasse	FÉCULE DE MAÏS (diluée dans 3 c. à soupe d'eau)	2 c. à soupe
ZESTE D'ORANGE	1 c. à thé	POIVRE	1/2 c. à thé
VINAIGRE	2 c. à soupe		

## Méthode

- **Faire revenir l'oignon en dés et le gingembre haché jusqu'à ce qu'ils deviennent translucides**
- **Ajouter les poivrons en dés, les ananas en morceaux, le zeste d'orange, le vinaigre et la mélasse.**
- **Poursuivre la cuisson 5 minutes**
- **Incorporer le tofu en dés**
- **Ajouter l'eau et le concentré de poulet préalablement dilué dans l'eau, le concentré de jus d'orange et le poivre. Le tout doit être recouvert de liquide**
- **Laisser mijoter environ 20 minutes et ajouter la fécule de maïs lentement en remuant constamment**