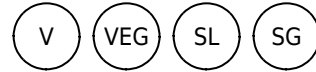




Tacos de tofu au sésame

Portions: 12 à 16 tacos

10



Ingrédients

Garniture de tofu

- 1 oignon, en petits dés
- 2 gousses d'ail, hachées
- 2 carottes, rapées
- 250 grammes (8 oz) de tofu haché (passé au robot culinaire)
- 30 ml (2 c. à soupe) de sauce soya
- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile de sésame
- 15 ml (1 c. à soupe) de pâte de piment épicé (ou moins, si vous n'êtes pas tolérant)

Salade de chou

- ½ chou vert, émincé
- 10 ml (2 c. à thé) d'huile de sésame
- 80 ml (⅓ tasse) de mayonnaise
- 15 ml (1 c. à soupe) de sucre
- 5 ml (1 c. à thé) de pâte de piment épicée
- Le jus d'une lime
- Ciboulette ou persil, haché (facultatif)
- Sel, au goût

Tacos

- 16 tortillas de maïs souples
- 1 poivron, en petits dés
- Feta ou fromage végétalien râpé, au goût

Étapes

Garniture de tofu

Dans une poêle, faites revenir l'oignon et l'ail dans un peu d'huile d'olive. Une fois bien doré, ajouter le tofu et poursuivre la cuisson. Lorsque le tofu est doré, ajouter les autres ingrédients, bien mélanger et retirer du feu. Réserver.

Salade de chou

Dans un bol, mélanger tous les ingrédients et réserver.

Tacos

Griller vos tortillas une à une et réservez-les au chaud dans un linge propre. Pour assembler les tacos, étaler la garniture de tofu sur les tortillas et garnir de salade de chou, de poivron et de fromage.

Manger aussitôt!