



Finger food

Tofu frit et sa sauce soja épicée



30 min 15 min 15 min

TEMPS TOTAL

PRÉPARATION

CUISSON

0

REPOS

211

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le tofu

260 g **Tofu**
80 g **Farine de maïs**
125 ml **Huile pour friture**
1 **Sel**

Ingrédients pour la sauce

60 ml **Sauce soja**
1 **Tomate(s)**
2 **Echalote(s)**
2 **Piment Thaï**
5 ml **Jus de citron**

Ingrédients pour le dressage

6 branche(s) **Coriandre**
1 **Citron(s) vert(s)**

Étape 1

Préparation de la sauce au soja

- 1 Laver la tomate. L'essuyer puis la tailler en brunoise à l'aide d'un couteau de chef. Réserver.
- 2 Eplucher les échalotes à l'aide d'un couteau d'office. Les ciseler finement à l'aide d'un couteau de cuisine.
- 3 Ciseler le piment Thaï.
- 4 Verser la sauce soja dans un saladier. Ajouter les dés de tomate, les échalotes, le piment thaï et le jus de citron.
- 5 Mélanger délicatement à l'aide d'une cuillère à soupe. Réserver.

Étape 2

Cuisson du tofu

- 1 Dans une assiette, mélanger la farine de maïs et le sel.
- 2 Sur une autre assiette, étaler du papier absorbant.
- 3 Découper le tofu en cubes d'environ 3 cm à l'aide d'un couteau de chef.
- 4 Enrober les cubes de tofu de farine de maïs.
- 5 Faire chauffer une poêle à revêtement anti-adhésif sur feu vif avec l'huile.

- 6 Ajouter les morceaux de tofu dans la poêle, sans la surcharger. Frire jusqu'à ce qu'une légère croûte dorée se forme sur chaque face.
- 7 Procéder en plusieurs fois si nécessaire.
- 8 Utiliser des pinces de cuisine pour retourner le tofu dans la poêle.
- 9 Retirer le tofu de l'huile à l'aide de pinces de cuisine. Le déposer sur l'assiette recouverte de papier absorbant.
- 10 Répéter l'opération jusqu'à ce que tous les morceaux de tofu soient frits.

Étape 3

Dressage

- 1 Ciseler la moitié des feuilles de coriandre et découper le citron vert en tranches à l'aide d'un couteau de chef.
- 2 Transvaser la sauce dans un ramequin. La décorer de coriandre ciselée et de tranches de citron vert.
- 3 Disposer le tofu frit dans un bol et le décorer de quelques feuilles de coriandre.
- 4 Servir chaud, accompagné de sauce soja.