

TOFU FRIT AUX GRAINES D'ORTIE

Ingrédients pour 12 personnes

Ingrédient	Quantité
Tofu ferme	500 gr
Gingembre frais	2 c. à café (râpé)
Shoyu	4 c. à soupe
ail	3 gousses (râpé)
Fécule de pomme de terre	10 c. à soupe
Piment d'espelette	3 c. à soupe
Graines d'ortie	10 c. à soupe
sel	2 pincées
Huile pour friture	50 cl

Préparation

1. Découper le tofu en bâtonnets d'environ 1x1cm de section. Y ajouter le shoyu, le gingembre et l'ail râpé. Mettre en boîte et laisser mariner au frais toute une nuit.

2. Dans un récipient, mélanger la fécule, le piment d'Espelette, les graines d'orties et le sel.

3. Égoutter les bâtonnets et les enrober dans le mélange de fécule.

4. Faire chauffer dans une poêle un bon centimètre d'huile de friture. Y plonger les bâtonnets panés jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Les égoutter sur du papier absorbant, puis les servir chauds.
