

# Tofu à l'orange



QUANTITÉ

2 personnes



PRÉPARATION

10 minutes



REPOS

Non



CUISSON

20 minutes

## CE QU'IL VOUS FAUT :

- 200 g de tofu nature ou fumé
- 1 cuillère à café d'huile de coco
- 1/2 bouillon cube de légumes
- 1/2 verre d'eau chaude
- le jus d'une orange (soit 50ml environ)
- les zestes d'une orange
- 2 cuillères à café de miel
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 petites cuillères à café de maïzena
- un peu de gingembre en poudre
- du sel et du poivre



Dans un bol, mélangez le bouillon cube et l'eau chaude jusqu'à ce que le cube soit dissout.

Découpez le tofu en petits cubes d'environ 1 à 2 cm de côté.

Dans une poêle (ou encore mieux, un wok si vous avez), mettez l'huile de coco et faites revenir les morceaux de tofu.

Ajoutez le bouillon de légumes et faites cuire à feu moyen pendant 5 minutes.

Séparément, mélangez le jus d'orange, les zestes d'orange, le miel, la sauce soja, la maïzena, le gingembre, le sel et le poivre.

Versez le mélange dans la poêle sur le tofu et mélangez bien.

Faites cuire une dizaine de minutes à feu fort, jusqu'à la sauce épaississe.

Si vous voulez plus de sauce, vous pouvez rajouter de l'eau.

Accompagnez-le de riz et hop, à vos baguettes !