

Brochettes de tofu & aubergines

durée totale **35 min.**

INGRÉDIENTS

10 portions

Brochettes:

1 kg d'aubergines japonaises
1 kg de tofu ferme, nature
500 ml Teriyaki Marinade
Kikkoman
Brochettes en bois

Sauce:

200 g de miel
4 càs d'huile de colza
300 g de champignons shimeji,
nettoyés
30 g d'ail, finement haché
1 morceau de gingembre,
finement haché

Pour servir:

50 g de ciboulette, finement
hachée
40 g de graines de sésame
blanc, grillée
Facultatif : riz cuit

PRÉPARATION

Étape 1

Brochettes : Couper le tofu et l'aubergine en morceaux de taille égale et les laisser tremper dans la marinade Teriyaki Kikkoman pendant 15 minutes. Retirer de la marinade, les enfiler sur des brochettes et faire griller pendant environ 10 minutes, jusqu'à ce que les légumes soient tendres. Bien penser à réserver le jus de cuisson.

Sauce : Faire revenir le gingembre et l'ail dans l'huile, puis ajouter les champignons shimeji et faire revenir pendant 2 minutes. Ajouter le miel et la marinade et laisser réduire.

Servir : Disposer les brochettes dans des assiettes, verser la sauce dessus et parsemer de ciboulette hachée et de graines de sésame grillées. Servir avec du riz ou l'accompagnement de votre choix.