



INGRÉDIENTS

Pour 2 personnes (entrée)

- 10 cm de kombu (algues)
- 350 ml d'eau
- 90 ml ou 6 cs de sauce soja
- 90 ml de mirin
- 10 gr de gingembre
- 1 pincée de sucre
- 1 aubergine
- 2 asperges
- 1/2 butternut
- 1/4 poivron
- 1/2 courgette
- 2 tomates cerises
- 200 gr de tofu
- 2 cs de fécule de pomme de terre
- 5 cm de radis blanc
- 1 oignon botte
- Filaments de piment

AGEDASHI DE TOFU ET LÉGUMES

avec le chef Richard Grillon

PRÉPARATION

- 01.** Fair tremper le kambu pendant une demi journée dans de l'eau froide.
- 02.** Couper 1 bon cm du fond des asperges, les éplucher et mettre les épluchures dans l'eau du kambu, faire frémir le tout pendant 10 minutes.
- 03.** Faire des petites entailles sur le dessus de l'aubergine à l'aide d'un couteau japonais à plusieurs lames et la faire tremper dans de l'eau salée pendant 10 minutes.
- 04.** Eplucher grossièrement la butternut et couper tous les légumes en gros morceaux. Râper le gingembre. Puis faire la sauce.

Sauce:

- 05.** Enlever le kombo et les épluchures d'asperge du bouillon, rajouter la sauce soja, le mirin, la pincée de sucre et le gingembre. Faire cuire pendant 10 minutes.
- 06.** Eponger le tofu, le couper en plusieurs gros morceaux et le recouvrir de fécule de pomme de terre.
- 07.** Faire frire les légumes dans une casserole en fonction de la couleur en commençant du plus clair au plus foncé. Egoutter les légumes puis les mettre dans la sauce. Frire le tofu.
- 08.** Râper le radis blanc et couper un peu d'oignon botte.



recette de l'émission du
28.03.2023



DRESSAGE

- 01.** Mettre le tofu frit au milieu de l'assiette. Ajouter les légumes. Mettre un petit peu de sauce.
- 02.** Ajouter une poignée de radis blanc, de l'oignon botte et les filaments de piment.

