

# Tofu au beurre

## TOFU MARINÉ

**Pour 500 grammes de tofu**

### Marinade

- 250 ml de yaourt nature
- 10 ml de cari
- 5 ml de sel
- 5 ml de curcuma
- 1 gousse d'ail hachée
- 5 ml de gingembre frais haché
- 30 ml de coriandre fraîche
- 3 gouttes de tabasco (facultatif)

### Cuisson du Tofu

Faites cuire le tofu sur du papier parchemin au four ou au air fryer à 400 °F pendant 20 minutes, en le retournant à mi-cuisson.

### Préparation

- Mélangez tous les ingrédients de la marinade, puis incorporez le tofu.
- Laissez mariner pendant environ 4 à 6 heures.

## SAUCE AU BEURRE

### Sauce

- 750 ml d'oignon émincé
- 5 gousses d'ail
- 1 morceau de gingembre de 2 cm haché
- 1 pincée de clou de girofle moulu
- 5 ml de cumin moulu
- 5 ml de carvi moulu
- 5 ml de coriandre moulu
- 10 ml de curcuma moulu
- 2 ml de canelle moulu
- 1 grosse tomate fraîche en cube
- 50 ml d'huile d'olive
- 50 ml beurre temperature pièce
- 150 ml de coriandre fraîche hachée
- zeste et jus d'un demi citron
- sel

### Préparation

- Dans un bol, mélangez tous les ingrédients, sauf la tomate, le beurre, la coriandre et le citron.
- Faites revenir le mélange dans une casserole jusqu'à ce que les oignons soient légèrement croquants.
- Ajoutez la tomate et laissez cuire jusqu'à ce qu'elle soit tendre.
- Retirez du feu.
- y mettre le beurre et bien mélanger jusqu'à ce que le mélange devienne onctueux.
- Versez la préparation dans une assiette de service et déposez le tofu sur les oignons.
- Ajoutez la coriandre, le jus de citron et le zeste.