



Cuisine et
dépendances

Raviolis vapeur au tofu et petits légumes



Cette recette peut se décliner selon les fonds de placard : du tofu et quelques restes de légumes cuits cette fois ; on peut aussi utiliser de la chair à saucisse, des crevettes ou du poulet. Les wonton peuvent se déguster comme des bouchées vapeur ou bien dans un bouillon de légumes en entrée (comptez alors deux raviolis par personne).

Ingrédients (pour 20 raviolis) :

- 20 feuilles Won-Ton (pâte à raviolis)
- 200 g de tofu ferme
- 1 carotte
- 1 poireau
- facultatif : 2 ou 3 champignons de Paris
- quelques brins de coriandre
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- sel et poivre

Préparation :

Peler et râper la carotte. Laver le poireau, garder le blanc et réserver les feuilles vertes pour une autre utilisation. Couper le blanc en fines rondelles.

Faire suer les légumes dans une casserole à couvert durant une quinzaine de minutes, jusqu'à ce qu'ils soient fondants. Ajouter les champignons émincés 5 min avant la fin de la cuisson. Saler et poivrer légèrement. Laisser tiédir.

Écraser le tofu dans les légumes cuits. Parsemer de feuilles de coriandre.

Au centre de chaque feuille de pâte, mettre une cuillère de farce au tofu et aux légumes. Rassembler les quatre coins au centre, humidifier légèrement et tourner de façon à souder les bords, comme

pour une aumônière. Répéter l'opération jusqu'à ce qu'il ne reste plus de farce.

Faire chauffer une cocotte ou une casserole d'eau. Lorsque l'eau arrive à ébullition, poser dessus le panier vapeur. Disposer les wontons dans le panier vapeur sans qu'ils se touchent (on peut faire cuire en plusieurs fois). Arroser de sauce soja. Laisser cuire 8 à 10 min.

Servir aussitôt.

Le 10 Février 2011 – Par Gaëlle – Cuisine et dépendances

Lien : <http://gainthekitchen.canalblog.com/archives/2011/02/10/index.html>