

# Brochettes de tofu au miel et au sésame grillé



Pour 4 personnes

 20 minutes

 10 minutes > Facile

## INGRÉDIENTS

### Marinade

1/4 tasse de miel, poivre, 1/4 tasse de sauce soja, 2 c. à soupe d'huile de sésame grillé, 2 c. à soupe de vinaigre de riz, 1 c. à thé de sauce pimentée

24 cubes d'environ 2,5 cm de tofu, 24 champignons blancs, 2 poivrons jaunes et 1 courgette coupés en 24 rondelles, 1 oignon vert émincé, 1 c. à soupe de coriandre fraîche, 4 longues brochettes de bois trempées dans l'eau 30 minutes

### Brochettes

### Marinade

**1** - Dans un plat ou un grand sac à fermeture hermétique, mélanger tous les ingrédients. Ajouter le tofu, les champignons, les poivrons et les courgettes.

**2** - Couvrir le plat ou fermer le sac et réfrigérer 4 heures ou toute une nuit.

### Brochettes

**3** - Préchauffer le barbecue à puissance élevée. Huiler la grille.

**4** - Enfiler le tofu en alternance avec les légumes sur les brochettes. Poivrer.

Réduire la chaleur à moyenne-élevée. Griller les brochettes 10 minutes en les retournant à intervalles réguliers.

**5** - Dans une casserole, porter le reste de la marinade à ébullition. Servir en guise de sauce.

**6** - Servir avec un couscous ou du riz.