






### FRITES AU TOFU

#### Ingrédients

-  225 g de tofu ferme/très ferme
-  1/3 tasse de sauce relevée (BBQ, teriyaki)
-  Sel, poudre d'ail, au goût

#### Préparation

1. Mettre le four à 350°F
2. Couper le tofu en bâtonnets genre (frites) et les tremper dans la sauce.
3. Disposer les frites sur une plaque de cuisson légèrement huilée et saupoudrer d'assaisonnement au goût.
4. Cuire au four 15 minutes. Retourner les frites et cuire de nouveau de 10 à 15 minutes

