

# TOFU PANÉ

*250g de tofu nature en tranches  
1 oignon haché  
¼ de tasse d'eau  
1 c. à s. de curry  
2 c. à s. de sauce de soja  
sel - poivre  
farine  
huile d'arachide*

*Mélanger l'eau, le curry, la sauce de soja, l'oignon haché, le sel et le poivre, et verser le tout sur les tranches de tofu. Laisser mariner au réfrigérateur pendant 1 heure au moins. Passer le tofu dans la farine, faire chauffer l'huile dans une poêle, et y dorer les tranches quelques minutes de chaque côté.*