

# ESCARGOTS

*500 g de grosses pâtes en forme d'escargots*

*algues*

*125 g de tofu nature*

*1 c. à c. de miso*

*3 c. à s. de sauce de soja*

*1 bol de feuilles de marjolaine*

*poivre*

*3 biscottes*

*30 g de levure maltée en paillettes*

*5 ou 6 poivrons grillés en conserve*

*1 c. à c. de condiment au basilic*

*huile d'olive*

*lait de soja non sucré*

*Porter une grande casserole d'eau salée à ébullition et y faire cuire les pâtes selon les instructions du sachet, avec les algues. Égoutter et laisser refroidir.*

*Mélanger la sauce de soja, le miso et les feuilles de marjolaine finement hachées. Ajouter le tofu grossièrement écrasé, du poivre et un peu d'huile d'olive. Laisser mariner quelques heures au réfrigérateur.*

*Dans un robot ménager, mixer la marinade, les poivrons grillés, la levure et les biscottes réhydratées et essorées. Rectifier l'assaisonnement selon le goût.*

*Déposer à l'aide d'une petite cuillère un peu de farce dans chaque escargot. Les disposer au fur et à mesure sur les assiettes de service.*

*Fouetter le condiment au basilic avec de l'huile d'olive et du lait de soja non sucré à parts égales et en déposer quelques gouttes sur chaque escargot.*

*Cercle des Végétaliens Gastronomes*

*www.avea.net*