



THOMY

PRUNES ET LÉGUMES BIEN PIQUÉS

INGRÉDIENTS

g Thomy Mayonnaise à la Française

pièces Poivron

g de tofu nature

pièces prunes + 8 Brochettes en bois

tiges de menthe

paquets tomates cerises

g piments verts

cuillères à soupe de miel

cuillères à soupe de sauce soja

cuillères à soupe huile d'arachide

pièce Jus de citron

g Sel, poivre

INSTRUCTIONS

Étape 1 Couper le tofu en cubes de même taille et laisser mariner avec du miel, de la sauce soja, de l'huile d'arachide, du jus de citron, du chili et du sel.

Étape 2 Couper en deux et dénoyauter les prunes. Couper le poivron en cubes.

Étape 3 Piquer le tout sur les brochettes et mettre celles-ci sur le gril ou à la poêle. Badigeonner avec le reste de la marinade.

Étape 4 Assaisonner les brochettes grillées avec de la menthe et du poivre rose. Bonus incontournable: La mayonnaise à la française THOMY est parfaite en dip pour tes brochettes.