

Prunes et légumes bien piqués

Quoi de plus cool que des brochettes en mode Grill & Chill? Et pourquoi pas en version veggie avec la mayo THOMY à l'huile de chanvre ? Tu verras, le tofu c'est fou !

 15 min.

 4 personnes

C'est parti

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.
2. Couper en deux et dénoyauter les prunes. Couper le poivron en cubes.
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.
4. Assaisonner les brochettes grillées avec de la menthe et du poivre rose. Bonus incontournable: THOMY Mayo à l'huile de chanvre est parfaite en dip pour tes brochettes.

Ingédients

- THOMY Mayo à l'huile de chanvre
- 8 brochettes en bois
- 2 poivrons colorés
- 300 g de tofu nature
- 8 prunes
- 4 tiges de menthe
- 2 poignées de tomates cerises
- 1 piment
- 3 cuillères à soupe de miel
- 3 cuillères à soupe de sauce soja
- 2 cuillères à soupe d'huile d'arachide
- Jus d'un demi citron
- Sel et poivre rose

Bon app' ! Tu peux trouver un excellent tuto vidéo pour la préparation ici ([LINK](#)). Montre-nous ton talent d'expert en brochettes sur Facebook et Instagram avec #LOVEthomy !

