

Velouté de potimarron et

Pour deux personnes

250 g de chair de potimarron

200 g de tofu

6 feuilles d'épinards

Deux échalotes

50 cl de bouillon de volaille

une pincée de coriandre en grains

une cuillerée à café de gingembre haché

un filet d'huile d'arachide

une cuillerée à soupe de mélange de graines (sésame, lin, pavot...)

houchées de tofu aux épinards

Coupez la chair de potimarron en petits cubes. Dans une cocotte, versez l'huile d'arachide et faites suer le potimarron avec les échalotes et le gingembre dans l'huile d'arachide quelques instants sans coloration. Ajoutez le bouillon de volaille et de l'eau pour recouvrir complètement le potimarron. Assaisonnez de sel, de poivre et de coriandre. Laissez mijoter 20 minutes avant de mixer et de passer au chinois. Faites blanchir les feuilles d'épinards 10 secondes dans de l'eau salée, rafraîchissez-les dans de l'eau fraîche puis utilisez-les pour enrober 6 cubes de tofu. faites réchauffer les houchées au tofu dans le panier vapeur, déposez-les sur le velouté de potimarron bien chaud et parsemez de graines.

