

Tartinade épicée & acidulée de la mer

Un soir, en rentrant des cours, je ne savais pas quoi faire pour accompagner mon plat principal (des courgettes cuites à l'étouffée avec ma [béchamel toute douce](#) saupoudrée de graines de tournesol & une grande tranche de [pain au petit épeautre & quinoa](#), si vous voulez tout savoir, petits curieux !).

J'avais un blog de tofu dont la date de péremption était proche. Et, il y a quelques semaines, j'avais acheté de l'algue wakamé fraîche (conservée au sel, vous en trouverez dans votre magasin bio).

Vous additionnez les 2 avec mon imagination de gourmande, et paf, ça a donné cette recette.

Elle est assez simple, car elle ne demande pas beaucoup de temps de préparation & ne nécessite aucune cuisson.



Ingrédients :

- 1 bloc de tofu nature
- 35 gr de wakamé (algue fraîche conservée au sel) - pesée avec la nervure centrale
- 5 cl de jus de citron
- 1 pincée de paprika

Préparation :

1. Mettez à tremper l'algue dans de l'eau fraîche durant quelques minutes (cette étape permet de débarrasser l'algue du sel).
2. Rincez la, puis essorez la à la main.
3. A l'aide d'un ciseau, découpez les bouts qui se détachent de la nervure centrale (elle est comestible, mais je n'aime pas sa texture épaisse !), et mettez les dans votre blender.
4. Découpez le tofu en gros dés, et mettez les dans votre blender.
5. Enfin, dans votre blender, ajoutez : le jus de citron & le paprika. Mixez le tout.

Texture pas trop compacte : elle n'a pas du tout l'effet « étouffe-chrétien » que peuvent avoir certaines tartinades végétaliennes bien épaisses.

La puissance de mon blender permet de réduire en morceaux bien petits l'algue, et donc il n'y a pas de morceaux qui se sentent.

Son goût est **légèrement acidulée** grâce au citron. L'algue donne une **note marine**, mais reste assez **discrète**.

Le paprika permet de donner une **pointe de caractère** pour relever tout ça !