

TOFU AUX PRUNES

*250g de tofu coupé en gros cubes
250ml de vin rouge
2 c. à s. de vinaigre
1 c. à s. de cannelle
sel - poivre
4 oignons en fines rondelles
400g de prunes rouges coupées en deux (fraîches ou surgelées)
4 c. à s. de sucre brun
3 c. à s. de farine
1 c. à s. d'huile d'arachide*

La veille, faire mariner le tofu dans le vin, additionné de la cannelle, du vinaigre, de sel et de poivre. Égoutter le tofu (en conservant la marinade), ajouter la farine et enrobez-en soigneusement les cubes. Dans un wok, faire chauffer l'huile et y faire dorer les cubes de tofu pendant 10 minutes. Ajouter les rondelles d'oignons et laisser cuire à feu doux, jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Ajouter ensuite les prunes, le sucre et la marinade, porter à ébullition puis laisser mijoter sur feu doux une vingtaine de minutes. Rectifier l'assaisonnement, et servir par exemple avec du couscous.