

# RAGOÛT DE LÉGUMES PRINTANIERS

*1 concombre en dés  
3 carottes en rondelles  
1 oignon émincé  
1 gousse d'ail hachée  
1 gros bouquet de cerfeuil haché  
150g de pois gourmands  
1 tasse de dés de tofu  
350ml de lait de soja non sucré  
150ml de bouillon de légumes  
1 c. à s. d'huile végétale  
1 c. à s. de curry  
1 c. à s. de fécule de maïs  
sel - poivre*

*Faire rissoler l'oignon dans l'huile, ajouter les carottes, l'ail, le concombre et laisser suer 10 min. Préparer la sauce en mélangeant le lait de soja, le bouillon, le curry, la fécule, le sel et le poivre. Griller les dés de tofu à l'huile. Ajouter la sauce aux légumes, porter à ébullition, ainsi que les dés de tofu, les pois gourmands et le cerfeuil. Laisser mijoter 1 bon quart d'heure.*