

RAGOÛT DE POIS CASSÉS

2 échalotes émincées

100 g de tofumé coupé en petits rectangles

30 g de margarine végétale

300 g de pois cassés

1 bouquet garni (1 branche de laurier, une de sauge, une de romarin, une d'estragon, quelques tiges de thym)

1,5 litre de bouillon végétal

pain

crème fraîche de soja

1 bouquet de ciboulette

sel-poivre

Chauffer la margarine dans une cocotte en fonte et y faire revenir les échalotes et le tofumé, jusqu'à ce qu'il soit bien doré.

Porter le bouillon végétal à ébullition et y faire cuire les pois cassés un quart d'heure, avec le bouquet garni. Égoutter les pois cassés en réservant un peu d'eau de cuisson et ôter le bouquet garni. Ajouter les pois cassés dans la cocotte, ainsi que du sel, du poivre et de l'eau de cuisson selon votre convenance et laisser mijoter à feu doux une demi-heure.

Ciseler la ciboulette, la mélanger à la crème, avec du sel et du poivre. Servir le ragoût de pois cassés avec du pain et la crème aux fines herbes.