

🍴 recette salée 🍴

SPAGHETTI CARBONARA AUX SHIITAKES ET TOFU FUMÉ (VEGAN)

🕒 20 minutes

🕒 25 minutes

👤 2 personnes

Ingredients

250 g de linguines fraîches (ou de spaghetti crus)
150 g de shiitakes ou de champignons bruns
100 g de tofu fumé
100 g de noix de cajou + une poignée pour servir
2 gousses d'ail
20 g de levure en paillettes
2 cs. d'huile d'olive
1 cs. de vinaigre de cidre
Poivre et sel

Préparation

Commencer par faire tremper les noix de cajou dans de l'eau bien chaude durant une quinzaine de minutes, afin de les ramollir et de faciliter leur mixage.

Pendant ce temps-là, préchauffer le four à 150°. Couper les shiitakes en tranches et émincer les gousses d'ail. Faire chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive dans une grande poêle et y faire revenir l'ail durant 3 minutes. Ajouter ensuite les champignons et laisser dorer 7-8 minutes. Ôter ensuite la poêle du feu.

Couper le tofu fumé en lamelles et le placer dans un plat allant au four. Arroser d'une cuillère à soupe d'huile d'olive puis enfourner pour 25 minutes, jusqu'à ce que les tranches soient dorées et légèrement croustillantes.

Faire cuire les linguines fraîches (ou les spaghetti) selon les instructions sur le paquet. Au moment d'égoutter les pâtes, conserver 250 ml d'eau de cuisson.

Egoutter les noix de cajou ramollies. Dans le bol d'un blender, réunir l'eau de cuisson, les noix de cajou égouttées, la levure en paillettes et le vinaigre de cidre. Saler, poivrer généreusement et mixer jusqu'à obtenir une crème bien onctueuse et homogène.

Dans une poêle, faire griller à sec la poignée de noix de cajou jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Une fois le tofu cuit, le sortir du four et l'incorporer dans la poêle avec les champignons et l'ail. Ajouter ensuite la crème de cajou puis les pâtes égouttées. Chauffer l'ensemble quelques minutes à feu doux.

Répartir dans 2 grandes assiettes. Parsemer de noix de cajou grillées et d'un filet d'huile d'olive. Poivrer à nouveau si besoin et déguster sans tarder !

