



# Sandwichs au tofu BBQ

avec rondelles de pommes de terre et sauce ranch à la ciboulette

Végé

25 minutes



Tofu  
1 | 2



Pomme de terre à  
chair jaune  
350 g | 700 g



Pain artisan  
2 | 4



Mélange  
printanier  
56 g | 113 g



Ciboulette  
7 g | 7 g



Sauce BBQ  
4 c. à soupe |  
8 c. à soupe



Sauce ranch  
6 c. à soupe |  
12 c. à soupe



Vinaigre de vin  
blanc  
1 c. à soupe |  
1 c. à soupe



Mélange d'épices  
acidulé à l'ail  
1 c. à soupe |  
2 c. à soupe

**Allergènes Hé, les cuisiniers!** Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soya, des sulfites, des noix et du blé.

1



### Préparer et rôtir les rondelles de pommes de terre

- Avant de commencer, préchauffer le four à 230 °C (450 °F).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

- Couper les **potatoes** en rondelles de 0,5 cm (1/4 po).
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier parchemin, arroser les **potatoes** de 1 c. à soupe d'**huile** et saupoudrer de la moitié du **mélange d'épices acidulé à l'ail**. (REMARQUE : 2 plaques à cuisson avec 1 c. à soupe d'huile chacune pour 4 pers.) **Salier** et **poivrer**, puis remuer pour enrober.
- Rôtir au **centre** du four de 18 à 22 min, en retournant à mi-cuisson, jusqu'à ce que les **potatoes** soient tendres et dorées. (REMARQUE : Pour 4 pers., rôtir au centre et dans le bas du four, en interchangeant les plaques à mi-cuisson.)

2



### Préparer et rôtir le tofu

- Entre-temps, sécher le **tofu** avec un essuie-tout. En maintenant le couteau parallèle à la planche à découper, couper le **tofu** en deux. (REMARQUE : Chaque bloc donnera deux steaks de tofu carrés.) À l'aide d'une fourchette, piquer le **tofu** sur tous les côtés.
- Sur une plaque à cuisson recouverte de papier d'aluminium, arroser le **tofu** de 1/2 c. à soupe (1 c. à soupe) d'**huile** et l'assaisonner du **reste** du **mélange d'épices acidulé à l'ail**. **Salier** et **poivrer**, puis remuer pour enrober. Disposer en une seule couche.
- Rôtir dans le **haut** du four de 8 à 10 min, jusqu'à ce que le **tofu** soit doré et tendre.

3



### Préparer la sauce ranch à la ciboulette

- Entre-temps, émincer la **ciboulette**.
- Dans un petit bol, ajouter la **vinaigrette ranch**, la moitié de la **ciboulette** et 1/4 c. à thé (1/2 c. à thé) de **sucre**. **Poivrer**, puis bien mélanger.

4



### Griller les pains

- Couper les **pains** en deux.
- Fondre 1 c. à soupe (2 c. à soupe) de **beurre** dans une petite poêle à feu doux ou dans un petit bol allant au micro-ondes. Réserver.
- Badigeonner le **beurre** fondu sur les côtés coupés des **pains**.
- Disposer les **moitiés** directement dans le **haut** du four, côté coupé vers le haut. Griller de 3 à 4 min, jusqu'à ce que les **pains** soient dorés. (CONSEIL : Les surveiller pour ne pas les brûler!)

5



### Assembler la salade

- Dans un grand bol, ajouter 1/2 c. à soupe (1 c. à soupe) de **vinaigre**, 1/2 c. à thé (1 c. à thé) de **sucre** et 1 c. à soupe (2 c. à soupe) d'**huile**. **Salier** et **poivrer**, puis bien mélanger en fouettant.
- Ajouter le **mélange printanier** et le **reste** de la **ciboulette**, puis bien mélanger.

6



### Terminer et servir

- Réchauffer la **sauce BBQ** dans un bol moyen allant au micro-ondes ou dans une poêle moyenne à feu doux.
- Trancher le **tofu**, si désiré.
- Ajouter le **tofu** dans le bol contenant la **sauce BBQ**, puis remuer pour enrober.
- Étaler un peu de **sauce ranch à la ciboulette** sur les **tranches de pain supérieures**. Garnir les **tranches de pain inférieures** de **tofu BBQ** et d'un peu de **salade**. Refermer les **burgers**.
- Répartir les **sandwichs au tofu**, les **rondelles de pommes de terre** et le **reste** de la **salade** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **sauce ranch à la ciboulette** comme trempette.