



## Fwa Grâ

- Les ingrédients en italique sont facultatifs
- cac = cuillère à café = 5 ml, cas = cuillère à soupe = 15 ml

Pour 600 gr soit 2 blocs

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 1 minute

Ingrédients :

- 160 gr de **noix**
- 200 gr de **tofu nature**
- 1 cas de **levure de bière** (en paillettes)
- 15 gr d'**huile**
- 15 gr de **sauce soja**
- 30 gr d'**alcool fort** (porto, cognac, whiskey, ...)
- 1 cac rase de **poivre**
  - ou de mélange **5 baies**
  - ou de mélange « **4 épices** »
- 1/2 cac de **sel**
- 150 gr d'**eau**
- 3 gr d'**agar-agar** (1 cac rase)
- 20 gr de **champignons lyophilisés**
- (1 cac de **thym lyophilisé**)

Préparation :

1. **Hacher** les **noix** dans un hachoir à oignons ou au pilon (pour faciliter le travail du blender dans l'étape suivante), et **couper** le **tofu** en petits dés
2. **Mettre** les **noix hachées**, le **tofu**, la **levure de bière**, l'**huile**, la **sauce soja**, l'**alcool fort**, le **poivre** (ou autre épice) et le **sel** au blender et **mixer** pendant 30 secondes en rabattant la pâte vers le centre régulièrement (ou mieux, utiliser un mixer plongeant)
3. **Réduire** les **champignons** en poudre dans un hachoir à oignons ou un moulin à café électrique
4. Dans une casserole **mettre** l'**eau**, l'**agar-agar** et les **champignons en poudre** et faire **bouillir** 1 minute
5. **Ajouter** ce **mélange bouilli** à la **pâte mixée** de l'étape 2 et bien **mélanger**
6. **Mettre** la pâte dans une verrine, ou bien dans 2 cercles à pâtisseries, **mettre** le **thym** par-dessus et **presser** légèrement avec les doigts. Laisser **prendre** 30 minutes au frigo
7. Si vous avez utilisé les cercles à pâtisserie, **utiliser** le **poussoir** pour sortir les 2 blocs de Fwa Grâ
8. **Recouvrir** de **thym**. Le Fwa Grâ se conserve 1 semaine au frigo dans un bocal hermétique

