

Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les
recettes

Chawanmushi aux shiitake



MAG#10 AUTOMNE VEGETARIEN



Imprimer



Commenter

Préparation: **10 min**

Ingrédients

Pour 4 personnes

- 300 ml de bouillon dashi
- 1 pincée de sel marin
- 3 gros œufs
- 2 c. à c. de mirin
- 2 c. à s. de carotte en petits dés
- 4 cubes de tofu fumé souple, de la taille d'une bouchée
- Thym séché
- 4 shiitake séchés
- 1 c. à s. de tamari
- Poivre du moulin

1. Remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.
2. Placez-les shiitake pré-trempés et précuits dans la soupière. Ajoutez le tamari et placez la soupière sur la cuve. Laissez mijoter pendant 10 minutes. Retirez les champignons de la soupière et laissez tiédir avant de les découper en petits morceaux.
3. Battez les œufs en omelette, ajoutez le sel et le bouillon. Remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur d'eau et faites chauffer.
4. Versez la préparation dans une grande assiette creuse et disposez la carotte, les cubes de tofu et les champignons. Parsemez un peu de thym séché et de poivre. Placez l'assiette dans le tamis du Vitaliseur et faites cuire pendant 35 minutes.
5. Servez chaud ou tiède, en accompagnement d'une céréale et de légumes, par exemple.

*Recette de chawanmushi, flan japonais traditionnel aux œufs, est réalisé à la vapeur douce par la cheffe Félicie Toczé.
Retrouvez d'autres recettes japonisantes dans le magazine n°10.*

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d'asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[+33 \(4\) 94 01 22 61](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Notre histoire](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[Facebook](#)

[Pinterest](#)

[Instagram](#)