

Pâté végé aux algues

1 petit oignon haché
2 gousses d'ail hachées
150g de champignons de Paris ou autres

250g de tofu
125ml de Tamari
1 cuillère à soupe de Miso
75ml de sirop d'érable
75ml de purée de sésame
100ml de lait de soja

1 bouquet d'oignons nouveaux
1 cuillère à soupe de coriandre

Quelques épices selon votre goût
Sel et poivre avec modération
3 cuillères à soupe d'algues réhydratées
Pâte à tarte

Faire sauter l'ail, l'oignon et les champignons
Passer le tofu au robot hachoir
Ajouter le reste des ingrédients et bien mélanger
Façonner les pâtés
Cuire jusqu'à ce que la pâte soit dorée à 200°C

