LA BELLE VIE | Tous les ingrédients pour passer derrière les fourneaux

Tarama & blinis vegan

Pour 2 personnes | Très facile

22 min | 2.40€ **La portion** (prix indicatif)

Un tarama vegan, c'est un tarama sans les oeufs de poisson... l'astuce : le tofu fumé associé à la feuille nori.

Les ingrédients

- **200 g** de Tofu fumé
- **0.25 pièce** de Feuille d'algues de nori
- **90 g** de Yaourt végétal nature
- **1 c à s** de Concentré de tomate
- **1 pièce** de Citron jaune
- **140 g** de Farine de blé tout usage (T45 ou T55)
- **2 c à c** de Levure chimique
- **200 ml** de Lait végétal
- **0.5 c à c** de Bicarbonate alimentaire
- **1 c à c** de Vinaigre de cidre, de pomme

Étapes de préparation

Préparation : 12 min | **Cuisson :** 10 min | **Attente :** 0 min

Le tarama

1. Dans un bol de mixeur, mettez 1/4 de feuille de nori coupée en morceaux, 45 g de yaourt, 200 g de tofu fumé, 1 càs de jus de citron, 1 càs de concentré de tomate, 1 càs d'huile d'olive (10 g) et plusieurs tours de moulin à poivre.
2. Mixez longuement pour obtenir une sauce épaisse et lisse.
   Si besoin, raclez le bord du mixeur de temps en temps pendant que vous mixez.
3. Goûtez et ajoutez du sel (¼ à ½ càc) ou plus de citron si besoin.

Mettez de côté dans un bol au frais en attendant.

Vous pouvez préparer le tarama jusqu'à une nuit en avance. Évitez de le faire plus tôt car en vieillissant, le goût de fumé s'estompe et le tarama prendra un goût plus aigre à cause du yaourt.

4. Les blinis
5. Dans un saladier, mélangez 45 g de yaourt, 200 ml de lait et 1 càc de vinaigre de cidre.
6. Ajoutez 140 g de farine, la moitié d'une càc de bicarbonate de soude, 2 càc de levure chimique et le sel.
   Mélangez. L'appareil doit être épais mais sans grumeaux.
7. Faites chauffer une poêle large ou une crêpière à feu moyen.
   Ajoutez de la margarine ou de l'huile végétale. Quand elle est bien chaude, déposez 1 càs (15g) de pâte à blinis à l'aide de cuillères en l'étalant légèrement pour former un disque d'env. 5cm de diamètre.
   Répétez l'opération en espaçant les blinis pour pouvoir les retourner facilement.
   Note sur la taille des blinis : après plusieurs tests 15g de pâte par blini permet d'avoir l'épaisseur parfaite pour 1) un blini moelleux 2) un bon ratio entre la dose de blini et la dose de tarama dessus.
   Optez pour 10g si vous préférez un blini plus fin et sec, 20g pour un blini beaucoup plus pâteux.
8. Faites dorer la première face à feu moyen 1min30 à 2min, des petites bulles vont apparaitre (note : la première tournée est plus rapide).
   Retournez et continuez la cuisson pour dorer la seconde face.
9. Mettez de côté les blinis cuits et répétez l'opération jusqu'à épuisement de la pâte en ajoutant de la matière grasse si besoin.
10. Vous pouvez préparer la pâte en avance puis cuire les blinis le jour même. Ou bien cuire les blinis, les faire refroidir et les conserver hermétiquement au frais quelques jours ou au congélateur. Réchauffez-les au grille-pain (sans décongélation).