



Choux de bruxelles fumés

INGRÉDIENTS

2 livres de choux de Bruxelles coupés en deux

Pour le mélange d'amandes

1 cuillère à thé d'huile

1 cuillère à soupe d'amandes hachées

1/2 c. à thé de misoo

1/2 c. à thé de levure nutritionnelle

Quelques gouttes de fumée liquide

Pour la sauce

1/4 tasse de sauce soja sans gluten

2 cuillères à soupe de sauce sriracha

1 cuillère à soupe de vinaigre de riz

2 cuillères à café d'huile de sésame

1 c. à thé de flocons de piment rouge

2 cuillères à thé de poudre d'ail

1 cuillère à thé de poudre d'oignon

Mettre l'Instant pot en mode sauté. Ajouter l'huile, les amandes, le miso, la levure nutritionnelle et la fumée liquide. Faire sauter quelques minutes.

Mélanger tous les liquides et les assaisonnements.

Mettre les choux de Bruxelles dans l'Instant Pot et ajouter la sauce.

Mettre l'Instant Pot sur Manual High pendant 3 minutes.

Au bip signifiant la fin de la cuisson, procéder à la libération rapide de la vapeur.

Servir avec du riz.

Une recette de Blanche à la Rose

<https://cuisinesouspression.wordpress.com/2018/03/04/choux-de-bruxelles-fumes/>