

## CREME DE TEMPEH

Source : [www.veganwiz.fr](http://www.veganwiz.fr)

**Temps de préparation : 10 min**

**Temps de cuisson : 15 min**

### Ingrédients

200 g de tempeh nature  
1 c à s d'huile de sésame  
2 c à s de jus de citron  
6 c à s d'eau  
1 c à s de sauce soja  
1 petit oignon nouveau (ou ses branches  
vertes ou de la ciboulette)  
½ c à s de basilic haché (ou de basilic  
séché)



### Préparation

Couper le tempeh en morceaux et le cuire à la vapeur pendant 15 minutes.

Hacher finement l'oignon et le basilic.

Mixer le tempeh cuit avec l'huile de sésame, le jus de citron, la sauce soja, l'eau que vous ajoutez cuillère par cuillère.

Arrêter de mixer quand le mélange forme une crème onctueuse.

Ajouter l'oignon et le basilic.

A déguster tartiner sur du pain des fleurs ou à utiliser comme un dip dans lequel vous trempez des bâtonnets de légumes crus ou cuits (carottes, céleri branche, concombre...selon la saison).