PRZ Indo Wok de tempeh et aubergines marinés

1/2 tasse de tamari + Sauce chili Thai + 1 TBL huile de sésame grillé
1 TBL huile d'olive
1 paquet tempeh coupé en cubes
1 petite aubergine
1/2 tasse d'oignon coupé en dés
1/2 tasse de carottes en dés
3/4 tasse de pois mange-tout éboutés
3/4 tasse de champignons tranchés
1,5 tasse de chou haché ou de feuilles d'épinards entiers

Pour la marinade, mélanger tamari, la sauce chili thaï, et l'huile de sésame dans un bol. Ajouter le tempeh à la marinade.
Chauffer un grand wok ajouter l'huile d'olive. Ajouter le tempeh (réserver la marinade) et cuire pendant environ 5 min, en retournant bien. Déplacer le tempeh vers une zone plus froide du wok, ajouter les oignons et les carottes et faire sauter pendant 2-3 minutes. Ajouter les aubergines et les pois et cuire pendant 2-3 minutes. Ajouter les champignons et le chou frisé ou les épinards puis la marinade réservée et cuire pendant 2-3 minutes. Servir sur du riz brun ou des nouilles!