

3

# Angelina CHAN

1030 fois mieux !



## Osez cuisiner une recette au Tofu pour une santé de fer !

Le tofu vous intrigue mais vous ne savez pas comment le préparer ? Pas de panique !  
Je vous dévoile mes secrets pour une recette piquante et savoureuse.  
Osez l'intégrer dans vos repas et pourquoi ne pas essayer une délicieuse recette ce soir ?

### Vegan Mapo Tofu

Ingrédients pour 4 personnes

- 200 g de tofu ferme
- Champignons
- Poivron
- 1 cuillère à soupe de haricots noirs fermentés (sauce Toban Djan)
- 1 gousse d'ail émincées
- 2 cuillères à soupe de sauce soja
- 1 cuillère à soupe d'huile de sésame
- 1 cuillère à café de poivre de Sichuan
- 1 cuillère à soupe de fécule de maïs (diluée dans un peu d'eau)
- Huile végétale
- Ciboulette et coriandre

1. Faites un bouillon léger avec les tiges de champignons, puis réservez-le.  
Coupez les champignons en dés.

2. Coupez le tofu en cubes et laissez-le reposer dans de l'eau légèrement salée bouillante pendant 15 minutes, puis égouttez.

3. Faites revenir les poivrons, sauce haricots noirs, ail, champignons, sauce soja et poivre Sichuan dans l'huile.

4. Ajoutez le tofu, un peu de bouillon, épaissez avec de la fécule de maïs, puis garnissez de ciboules et coriandre.

# Osez voter Angelina CHAN pour un Schaerbeek 1030 fois meilleur !

Je suis née à Schaerbeek et je vis dans le quartier Dailly, un lieu que j'adore et qui me tient à cœur. J'ai vu mon quartier évoluer, mais aussi souffrir de l'insécurité, de la drogue et de violences tragiques. Ces défis ont renforcé ma volonté d'agir.

**Conseillère communale depuis 18 ans** (12 ans dans l'opposition) j'ai interpellé et questionné le conseil communal, ce qui m'a permis de proposer des réponses et des **solutions concrètes** aux problèmes soulevés lors de mes échanges avec les Schaerbeekois : préservation de la friche Josaphat, diffusion des conseils communaux en streaming sur YouTube, augmentation de la prime Be Home, défense de la mobilité, commerces, etc (**détails sur [www.angelinachan.be](http://www.angelinachan.be)**)

## Ingrédients pour 130 000 Schaerbeekois :

- **Propreté et sécurité** pour des quartiers plus agréables et sereins.
- **Davantage de parkings et de pistes cyclables de qualité.**
- **Soutien à la classe moyenne et aux commerces locaux.**
- **Inclusion des plus vulnérables**, qu'il s'agisse de nos seniors, des personnes en situation de handicap ou de nos animaux.
- **Accès à Internet pour tous et Wifi public.**
- **Participation citoyenne renforcée** et prise en compte des avis des schaarbeekois.

## Recette pour un Schaerbeek 1030 fois meilleur :

1. Mélangez une **vision ambitieuse**, de la créativité et un **engagement fort**.
2. Ajoutez une **gestion rigoureuse** de la **sécurité** et de la **propreté**.
3. Intégrez des initiatives pour la **transition environnementale** et une **mobilité plus fluide**.
4. Laissez mijoter avec des **mesures sociales** pour renforcer la **cohésion**.
5. Garnissez de **propositions concrètes** issues de nos échanges avec vous.

✉ [achan@1030.be](mailto:achan@1030.be)  
f [/angelinachanbxl](https://www.facebook.com/angelinachanbxl)  
X [@angelinachan](https://twitter.com/angelinachan)

📷 [@angelinachan](https://www.instagram.com/angelinachan)  
🌐 [www.angelinachan.be](http://www.angelinachan.be)



1 HENRY Audrey

2 MAHIEU Cédric

3 CHAN Angelina

Vous pouvez voter pour plusieurs candidats