Maki destructuré

Préparation: **5**

Ingrédients
2

- 1 avocat
- 2 beaux filets de maquereaux en boite
- 2 verres de riz
- 3 verres d'eau
- 2 feuilles d'algue Nori
- Quelques gouttes de jus de citron jaune Bio

1. Pour cuire le riz il vous faudra remplir la cuve d'1/3 d'eau, allumer le feu, couvrir et attendre quelques minutes. Quand l'eau bout vous placerez la soupière sur la cuve et y incorporerez une portion de riz et une portion et demi d'eau. Vous fermerez et patienterez 20 minutes.
2. Pendant ce temps, découpez des petites paillettes de feuilles d'algue et découpez l'avocat en petits cubes.
3. Placez maintenant la feuille d'algue dans votre assiette, ajoutez-y le riz puis les morceaux de maquereaux, d'avocat et d'algue. Ajoutez quelques gouttes de citron jaune et savourez votre maki destructuré!

Le goût du maki , le temps de préparation d'un riz blanc.

Vous allez aussi aimer ...

Pesto d'orties sauvages

Pavés de bœuf aux échalotes

Cabillaud aux pleurotes

Boulettes de sarrasin et tagliatelles de carotte

CGV
Newsletter
+33 (4) 94 01 22 61
Mon compte
Recettes
Notre histoire
Contact
CGV
Newsletter
Facebook
Pinterest
Instagram