

FONDATION



RIZ DE
SAINT-VINCENT

voilà le résultat! Et comme on dit en Ind
बोन अुपेति



RECETTE AVEC
LES CLASSES DE CE2 DE L'ÉCOLE
JAMES COOK - 2016

TIKKA DE SAUMON DES DIEUX
ET RIZ ÉPICÉ

voilà le résultat! Et comme on dit en Ind
बोन अप्पेतित



TIKKA DE SAUMON DES DIEUX ET RIZ ÉPICÉ

INGRÉDIENTS

- 2,5 kg de saumon des dieux
- 8 poivrons
- 4 citrons verts
- 4 pots fromage blanc faisselle
- 8 c à soupe de beurre ramolli
- 4 c à café graines de coriandre
- 8 cà soupe moutarde ancienne
- 4 c à café de curcuma
- 4 c à café de garam masala
- 4 oignons
- 1 kg de riz
- set et poivre

Préparation : 25 min

16 parts

Cuisson : 15 min

1. Mélanger dans un saladier le beurre ramolli, la moutarde, les graines de coriandre, le curcuma et la moitié du garam masala.
2. Ajouter ensuite le fromage blanc et le jus de citron vert, puis saler et poivrer.
3. Couper le saumon des dieux en gros dés (2 cm de côté) et les déposer dans la marinade toute la nuit.
4. Le lendemain, couper les poivrons et les oignons (carrés de 3 cm environ) et réchauffer le four (210°C).
5. Mettre les brochettes au four 15 min.
6. Mettre en marche la marmite à riz pendant que les brochettes cuisent au four.
7. Préparer une belle assiette en versant le reste de marinade et le reste de garam masala sur le riz et déposer la brochette sur le riz.