

FONDATION



RIZ DE
SAINT-VINCENT



RECETTE AVEC
LA CLASSE DE CM1 A DE L'ÉCOLE CHARLES
BICHON - 2016

VERRINES ARC-EN-CIEL



VERRINES ARC-EN-CIEL

INGRÉDIENTS

- 300 g de riz
- 1 kg de crevettes fraîches
- 1 ananas
- 1 poivron rouge
- 1 concombre
- 1 bouquet de persil chinois (ou coriandre)
- 100 g de coco râpé
- 1 kumbawa
- 400 ml de lait de coco
- le jus de 3 citrons
- 3 C à soupe d'huile d'olive

Préparation : 20 min

6 parts

Cuisson : 15 min

1. Préparez le riz à l'avance afin qu'il puisse refroidir. Rincez le riz jusqu'à ce que l'eau devienne claire. Faites cuire le riz dans le "rice cooker" avec 1/3 de lait de coco et 2/3 d'eau salée. Laissez refroidir.
2. Épluchez les crevettes et faites les dorer à la poêle dans de l'huile d'olive, 3 à 5 minutes de chaque côté. Coupez les crevettes en morceaux. Vous pouvez en garder quelques-unes entières pour la décoration des verrines. Mettez de côté pour les laisser refroidir.
3. Épluchez l'ananas, enlevez les yeux et le cœur, puis découpez-le en petits morceaux.
4. Épépinez le poivron et découpez-le en petits morceaux.
5. Épluchez le concombre, coupez-le dans la longueur puis ôtez les pépins à l'aide d'une cuillère. Découpez-le en petits morceaux.
6. Hachez finement le persil chinois.
7. Préparez enfin les verrines en faisant des couches avec les différents ingrédients. Commencez par une couche de riz dans le fond, environ 2 cuillères à soupe. Ajoutez par-dessus une couche de poivrons, puis de l'ananas, du concombre et des morceaux de crevettes. Arrosez le tout de jus de citron et quelques cuillères à café de lait de coco. Saupoudrez de coco râpé, de kumbawa râpé et de persil chinois. Vous pouvez décorer d'une crevette entière, d'un morceau d'ananas ou d'une fleur de bougainvillée.
8. Servez frais et dégustez. Bon appétit !