

# Les sushis frutti

FONDATION



RIZ DE  
SAINT-VINCENT

- ✓ Plat Principal
- ✓ Facile
- ✓ Bon marché

- Temps de préparation : 1 heure
- Temps de cuisson : 40 minutes



## Ingrédients (pour 6 parts) :

- 150 g de riz rond
- 75 cl de lait
- 50 g de sucre en poudre
- 1 gousse de vanille de Lifou
- Fruits
  - Mangue
  - Papaye
  - Pamplemousse
  - Banane
  - Fraise
  - Corossol
  - Pomme liane
  - Citron
  - Menthe
  - Pastèque
  - Orange
  - Coco

## Préparation de la recette :

1. Rincez le riz et mettez-le dans une casserole, couvrez d'eau et faites cuire 3 min. Egouttez-le.
2. Versez le lait dans une autre casserole avec le sucre, la gousse de vanille fendue en deux et grattée de ses graines. Ajoutez le riz égoutté.
3. Portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez cuire 35 min en remuant souvent. Laissez refroidir le riz au lait.
4. Sur un plat, disposez des cuillères à garnir. Y déposez une quenelle de riz au lait et couvrir par une lamelle épaisse de mangue, de banane ou de pastèque.
5. Grâce à un économètre, faire des lamelles fines de mangue, de banane et de papaye.
6. Confectionnez une petite boule de riz et, comme sur le modèle du maki, maintenez le riz enroulé dans une lamelle fixée avec un cure dent.
7. Ajoutez dessus un bout de fruit.
8. Dans un blender, mixez les fraises ou la pulpe de corossol.
9. Pour accompagner le tout, quelques feuilles de menthe.

**Bon appétit !**