

FONDATION



RIZ DE
SAINT-VINCENT



ÉCOLE ROBERT ABEL - CM2 GREY -
2020

LA MARGUERIZTE



LA MARGUERITE

INGRÉDIENTS

- 320 g de viande hachée de cerf
- 400 g de tomates
- 60 g de lardons
- Oignons
- Vinaigrette
- Sel et poivre
- Basilic
- Oignons verts
- Curry
- Herbes de provence
- Coriandre
- Ail

Préparation : 1h

4 parts

Le riz :

- Laver le riz
- Doser l'eau et ajouter le curry
- Faire cuire dans la marmite à riz

La viande :

- Assaisonner la viande avec les épices
- Faire revenir les lardons puis ajouter la viande hachée de cerf

La salade de tomates :

- Faire une vinaigrette au basilic (ketchup, miel, vinaigre balsamique, basilic) et la réserver
- Effeuille une tige de basilic et mélanger les quatre ingrédients

Le dressage :

- Mettre le riz dans le moule au niveau des pétales
- Mettre la viande dans le moule au niveau du coeur de la fleur
- Démouler la fleur sur un plat
- Entourer la fleur avec la salade de tomates
- Ajouter la vinaigrette par-dessus la salade

BON APPETIT