

Sushi-boules tropicales au riz coco et cerf mariné



Ingredients (5 enfants) :

- ✓ 250g de riz rond cru
- ✓ 200ml de lait de coco
- ✓ 250g d'émincé de cerf
- ✓ 2g de citronnelle fraîche
- ✓ 1 cuillère à café de miel
- ✓ 150g de pomme liane/mandarine
- ✓ 5 feuilles de salade
- ✓ 1 cuillère à soupe d'huile
- ✓ 1 pincée de sel et de poivre
- ✓ 3 feuilles de menthe fraîche

*Ecole Guy
Champmoreau
Classe de CM1-CM2B*



Sushi-boules tropicales au riz coco et cerf mariné



Préparation :

- ✓ Rincer le riz et le cuire dans l'eau et le lait de coco.
- ✓ Faire mariner le cerf avec les épices, le miel, la citronnelle et l'huile pendant 30min. Saisir à feu vif pour garder moelleux. Laisser tiédir avant de manipuler.
- ✓ Aplatir une cuillère de riz tiède dans la main. Ajouter au centre un morceau de cerf + un dé de mandarine. Verser une cuillère à café de pomme liane et y déposer une feuille de menthe. Refermer et former une boule compacte. Envelopper dans une feuille de salade.
- ✓ Servir 2 à 3 sushi-boules par enfant avec un verre d'eau.

Astuce du chef : Pour encore plus de fraîcheur, les sushi-boules peuvent être accompagnées d'une sauce au yaourt, citron vert et oignons verts.