

La Terre et la Mer se marient pour le plaisir de vous Riz-galer

Ingredients (4 enfants) :

- ✓ 200g de filet de cerf
- ✓ 200g de crevettes crues décortiquées
- ✓ 1 demi ananas
- ✓ 1 CAS de miel, soyo, vinaigre balsamique
- ✓ 1 CAS de moutarde
- ✓ 1 CAF de paprika
- ✓ 1 CAF d'épices italiennes
- ✓ 4 CAS d'huile
- ✓ 1 oignon vert et 1 gousse d'ail
- ✓ 1 bouquet de basilique
- ✓ Sel et poivre
- ✓ 15 feuilles de choux kanak
- ✓ 1 petite papaye
- ✓ 6 CAS de jus de pomme liane
- ✓ 1 petite papaye
- ✓ 1l de lait de coco frais
- ✓ 400g de riz cru



*Ecole James Paddon
Classe de CE1-CE2*



La Terre et la Mer se marient pour le plaisir de vous Riz-galer



Préparation :

- ✓ Détailler le filet de cerf en cubes d'environ 2cm. Décortiquer les crevettes en otant l'intestin. Couper l'ananas en cubes.
- ✓ Dans un bol, mélanger le miel, le vinaigre balsamique, le soyo, la moutarde, les épices et l'huile.
- ✓ Placer le cerf et les crevettes dans la marinade pendant 30min au frigo.
Monter les brochettes en alternant un cube de cerf, une crevette et un morceau d'ananas. Les faire griller sur une plancha 5min de chaque côté.
- ✓ Dans une mamite à riz mettre à cuire le riz et le lait de coco.
- ✓ Couper les feuilles de choux kanak en lamelles et la papaye en cube. Les mélanger avec un oignon émincé. Préparer la vinaigrette avec le vinaigre balsamique, le jus de pomme liane, le soyo, la moutarde, les épices, le miel et l'huile jusqu'à émulsion. Verser la vinaigrette sur la préparation choux kanak papaye.
- ✓ Dans un verre doseur, combiner le basilic, l'oignon vert, l'ail, le sel et le poivre. Ajouter l'huile progressivement et mixer le tout jusqu'à obtenir la consistance d'un pesto.
- ✓ Disposer une portion généreuse de riz au coco à l'aide d'un emporte pièce. Poser ensuite vos brochettes de façon esthétique. Verser la sauce pesto sur les brochettes.