



Sushis

(recette pour 4 élèves)



	Ingrédients	Quantité
<input type="radio"/>	Riz japonais	80 ml
<input type="radio"/>	Eau froide	80 ml
<input type="radio"/>	Vinaigre de riz	20 ml
<input type="radio"/>	Feuille d'algue grillée	1
<input type="radio"/>	Avocat	1/4
<input type="radio"/>	Crevettes	6
<input type="radio"/>	Fraises	2

PRÉPARATION

1. Placer le riz dans un bol et couvrir d'eau froide. Rincer le riz doucement jusqu'à ce que l'eau devienne trouble. Égoutter et répéter de quatre à cinq fois ou jusqu'à ce que l'eau devienne complètement claire. Laisser le riz dans le tamis jusqu'à ce qu'il soit bien égoutté.
2. Placer le riz et l'eau dans l'autocuiseur à riz. Fermer avec le couvercle et mettre l'appareil en marche.
3. Dans un petit bol, mélanger le vinaigre, le sel et le sucre jusqu'à ce qu'ils soient dissous. Réserver.
4. Verser le riz cuit dans un bol. Ajouter le mélange de vinaigre de riz et remuer à l'aide d'une spatule. Mélanger jusqu'à ce que tout le riz soit bien imprégné du mélange de vinaigre de riz (attention à la vapeur). Faire un trou au centre du riz et laisser reposer 5 minutes. Répéter l'opération de deux à trois fois. Laisser tiédir à température ambiante. Le riz est prêt à être utilisé pour réaliser les sushis.
5. Étaler 100 ml de riz sur le côté mat de la feuille de nori, jusqu'à 2 cm (3/4 po) d'un bord, du côté le moins large; travailler avec les doigts humectés.
6. Répartir les morceaux d'avocats, de fraises et les crevettes sur la feuille. Rouler en commençant par le côté de la feuille de nori sans riz. Comprimer le rouleau à l'aide du tapis en bambou en appliquant une pression uniforme. Tremper la pointe du couteau dans l'eau et couper le rouleau en dix bouchées. Déposer sur une assiette de service.