

Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les
recettes

Maki déstructuré



Imprimer

Commenter

Préparation: 5

Ingrédients

2

- 1 avocat
- 2 beaux filets de maquereaux en boîte
- 2 verres de riz
- 3 verres d'eau
- 2 feuilles d'algue Nori
- Quelques gouttes de jus de citron jaune Bio

1. Pour cuire le riz il vous faudra remplir la cuve d'1/3 d'eau, allumer le feu, couvrir et attendre quelques minutes. Quand l'eau bout vous placerez la soupière sur la cuve et y incorporerez une portion de riz et une portion et demi d'eau. Vous fermerez et patienterez 20 minutes.
2. Pendant ce temps, découpez des petites paillettes de feuilles d'algue et découpez l'avocat en petits cubes.
3. Placez maintenant la feuille d'algue dans votre assiette, ajoutez-y le riz puis les morceaux de maquereaux, d'avocat et d'algue. Ajoutez quelques gouttes de citron jaune et savourez votre maki déstructuré!

Le goût du maki , le temps de préparation d'un riz blanc.

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d'asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[+33 \(4\) 94 01 22 61](#)

[Mon compte](#)

[Recettes](#)

[Notre histoire](#)

[Contact](#)

[CGV](#)

[Newsletter](#)

[!\[\]\(5361750c22c4e047a52f4eac1ec2d4cc_img.jpg\) Facebook](#)

[!\[\]\(870f5d5e9c0d57485634be3ecf52f3ca_img.jpg\) Pinterest](#)

[!\[\]\(4fe57c3593bf1b21d272ae7ac8dfaf77_img.jpg\) Instagram](#)