

Riz, céréales et pain Sushis sucrés



2h35 **10 min** **25 min** **2h** **499**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation du riz au lait

- 1 Verser le lait et le sucre dans une casserole.
- 2 Extraire les graines de la vanille. Les ajouter à la casserole.
- 3 Allumer à feu vif et verser le riz. Porter le mélange à ébullition en remuant avec une cuillère en bois pour que le riz n'accroche pas.
- 4 Aux premiers bouillons, baisser le feu, couvrir et laisser cuire sur feu moyen pendant 20 min en remuant régulièrement.
- 5 Quand le riz est cuit, couper le feu et débarrasser le riz sur un plat carré chemisé de film alimentaire. Bien le répartir.
- 6 Rabattre le papier film des bords sur le riz et réserver au frais pendant 1 à 2h.

Étape 2

Finition du riz

- 1 Sortir le riz du réfrigérateur et le démouler. Retirer le film.
- 2 Tailler des morceaux de riz de la taille des sushis. Remodeler avec les doigts et les bords du couteau si

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour le riz au lait

150 g **Riz à sushi**
330 ml **Lait entier**
60 g **Sucre semoule**
1 unité(s) entière(s)
Gousse(s) de vanille

Ingrédients pour les sushis

1 **Pomme(s)**
1 **Banane(s)**
1 **Orange(s)**
1 **Kiwi(s)**
2 c. à soupe **Sésame noir**
2 c. à soupe **Sésame blanc**

Ingrédients pour le dressage

20 g **Gingembre confit**
10 cl **Caramel liquide**
1 trait **Vinaigre balsamique**

nécessaire.

- 3** Préparer deux bols, l'un avec le sésame blanc, l'autre avec le sésame noir. Rouler les tranches de la moitié des sushis dans le blanc, l'autre moitié dans le noir.

Étape 3

Préparation des fruits et montage

- 1** Couper l'orange en deux et la couper en fines rondelles.
- 2** Retirer les pépins des tranches, les tailler en rectangles. Les déposer sur des sushis.
- 3** Peler le kiwi au couteau, le couper en tranches, puis en rectangles. Les poser sur les sushis.
- 4** Répéter l'opération avec la banane puis la pomme.

Étape 4

Dressage

- 1** Dans un plat, de préférence long et sombre, déposer les sushis en alternant ceux au sésame noir et ceux au sésame blanc.
- 2** Tailler le gingembre confit en très fines lamelles et les déposer sur le plat.
- 3** Faire une sauce avec du caramel ou du sirop d'érable et quelques gouttes de vinaigre balsamique. Déposer un ramequin de sauce sur le plat.
- 4** Ajouter une paire de baguettes. Servir.