

POKE BOWL



Ingredients (Pour 4 personnes)

- 240 g de riz à sushi
- 3 c. à s. de vinaigre de riz
- ¼ de chou rouge émincé
- 1 poignée de céleri râpé
- 1 betterave Chioggia
- 1 poignée de carottes râpées
- 1 avocat
- 5 radis roses
- 2 oignons nouveaux
- 200 g de saumon frais
- 200 g de haddock fumé
- 1 brin de coriandre
- 2 c. à c. d'oeufs de poissons volants rouges
- 2 c. à c. d'oeufs de poissons volants verts
- 2 c. à c. de graines de sésame
- Pour la sauce
- 1 c. à s. de wasabi
- 1 dl de sauce soja
- 1 dl d'huile de sésame
- 1 dl d'huile d'olive
- 5 cl de sauce aigre-douce

Préparation:

Préparer la sauce en mélangeant dans un bol la sauce aigre-douce, le wasabi, la sauce soja, l'huile de sésame et l'huile d'olive. Réserver.

Dans une passoire, rincer abondamment le riz sous l'eau froide. Bien le laisser égoutter et le cuire dans un grand volume d'eau salée selon les instructions figurant sur l'emballage. Lorsque le riz est cuit, le laisser refroidir et y ajouter le vinaigre. Réserver au frais.

Laver et couper tous les légumes en dés.

Dresser le riz dans 4 bols, et garnir avec tous les ingrédients.

Arroser de sauce et déguster au plus vite.

