Jean-Yves Corvez

Riz, céréales et pain

Makis au riz au lait

3h55	45 min	10 min	3h	453
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation des crêpes

1. Préparer une pâte à crêpe à base de farine de froment.
2. Faire chauffer un filet l’huile d’arachide dans une poêle.
3. Tester la température de la matière grasse en versant quelques gouttes de pâte à crêpe.
4. Verser une louche de pâte et faire basculer la poêle pour bien répartir l'appareil sur toute la surface.
5. Lorsque des bulles commencent à se former en surface, décoller les bords de la crêpe à l'aide d'une spatule et faire sauter la crêpe.
6. Prolonger la cuisson pendant quelques secondes sur l'autre face.
7. Continuer jusqu'à épuisement de la pâte à crêpes, réserver.

Étape 2

Préparation du riz au lait

1. Verser le lait et le riz rond dans une casserole.
2. Mélanger à l'aide d'une spatule en bois.
3. Ouvrir une gousse de vanille en deux, récupérer les

Ingrédients
pour 10 personnes

Ingrédients pour les crèpes

- 50 cl **Lait demi-écrémé**
- 200 g **Farine**
- 3 unité(s) entière(s) **Oeuf(s) entier(s)**
- 50 g **Beurre**
- 50 g **Sucre semoule**
- 1 pincée(s) **Sel**
- 1 c. à soupe **Huile d'arachide**

Ingrédients pour le riz

- 50 cl **Lait demi-écrémé**
- 150 g **Riz rond**
- 50 g **Sucre semoule**
- 2 unité(s) entière(s) **Jaune(s) d'oeuf**
- 0.5 **Gousse(s) de vanille**

Ingrédients pour le coulis de mangue

- 2 **Mangue**
- 40 g **Sucre semoule**

graines. Les ajouter dans la casserole de riz au lait avec les morceaux de gousse.

4. Porter le lait à ébullition, puis baisser le feu et laisser cuire à petit frémissement pendant environ 15 minutes en mélangeant régulièrement.
5. Verser les jaunes d'oeufs et le sucre dans un bol, fouetter jusqu'à ce que le mélange blanchisse.
6. Lorsque le riz est cuit, le retirer du feu et verser les œufs blanchis. Bien mélanger à l'aide d'une spatule.
7. Reposer la casserole sur feu très doux, laisser cuire pendant quelques minutes sans cesser de remuer.
8. Retirer la casserole du feu et verser la préparation dans un récipient. Couvrir de film alimentaire.
9. Le film alimentaire doit être au contact du riz pour éviter qu'il ne se dessèche en surface.
10. Laisser refroidir pendant 30 minutes à température ambiante.

Étape 3

Préparation de la garniture des crêpes

1. Faire fondre le chocolat noir au micro-ondes à basse température.
2. Retirer le film alimentaire du riz au lait.
3. Retirer les extrémités du kiwi, le peler à vif à l'aide d'un couteau d'office.
4. Couper le kiwi en quatre, retirer le cœur puis couper les quartiers en deux. Réserver.
5. Mélanger le chocolat fondu avec une cuillère pour l'homogénéiser.
6. Verser quelques gouttes d'eau sur un plan de travail et le couvrir de film alimentaire.
7. Les gouttes d'eau vont permettre au film alimentaire d'adhérer au plan de travail.
8. Déposer deux crêpes sur le plan de travail en les superposant légèrement.
9. Les garnir de chocolat fondu et de riz au lait sur toute la surface.
10. Étaler le riz délicatement en évitant de le mélanger au chocolat pour avoir deux couches bien distinctes à la découpe des makis.
11. Déposer sur tout le bord inférieur des crêpes les morceaux de kiwi en les alignant.
12. Rouler les crêpes en se servant du film alimentaire comme d'un makisu.
13. Prendre les extrémités inférieure des crêpes, rouler en serrant et en poussant.
14. Emballer le rouleau de crêpes dans le film alimentaire en le serrant.
15. Rouler le boudin de crêpe dans le film alimentaire pour fermer les extrémités et lui donner une forme bien arrondie.
16. Réserver pendant 2-3 heures au réfrigérateur pour fixer

0.25 **Citron(s)**

Ingrédients pour la garniture

200 g **Chocolat noir**
3 **Kiwi(s)**

sa forme.

Étape 4

Dressage

1. Mixer la chair de la mangue, le jus de citron et le sucre pour réaliser un coulis de mangue.
2. Sortir le rouleau de crêpe du réfrigérateur, le poser sur une planche et retirer le film alimentaire.
3. Découper des makis de 3 ou 4 cm de largeur à l'aide d'un couteau scie en l'essuyant régulièrement.
4. Poser les makis sur une assiette, servir avec le coulis de mangue dans un verre au centre de l'assiette.