Bruno Viala

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 aux 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.