Bruno Viala

Entrées froides aux produits de la mer

Maki de thon à la basquaise

50 min	20 min	15 min	15 min	218
TEMPS TOTAL	PRÉPARATION	CUISSON	REPOS	CALORIES

Étape 1

Préparation de la piperade

1. Verser le riz et de l'eau dans le cuit vapeur. Ajouter une pincée de sel et cuire pendant 9 min.
2. Eplucher et ciseler l'oignon à l'aide d'un couteau éminceur. Réserver dans un saladier.
3. Ôter le pédoncule et les pépins du poivron. Le ciseler très finement et réserver avec l'oignon.
4. Dans une cocotte, verser un peu d'huile d'olive et faire chauffer. Verser le mélange oignon et poivron. Couvrir et laisser compoter.
5. Lorsque les légumes sont légèrement colorés, assaisonner de sel et piment d'Espelette puis verser le sucre et la concassée de tomate. Couvrir, baisser le feu et laisser compoter environ 10 min.
6. Lorsque le riz est cuit, évacuer la vapeur du cuiseur puis débarrasser le riz dans un saladier. Laisser refroidir à température ambiante pendant environ 10 min.
7. Lorsque la piperade est suffisamment compotée, ôter du feu et débarrasser dans un saladier. Réserver une vingtaine de minutes au réfrigérateur ou 40 min à température ambiante.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les makis

- 100 g **Thon**
- 150 g **Riz à sushi**
- 2 **Poivron(s)**
- 1 **Oignon(s)**
- 1 c. à soupe **Tomate(s) concassée(s)**
- 4 **Feuille(s) de nori**
- 1 **Huile d'olive**
- 10 g **Sucre semoule**
- 1 **Sel**
- 1 **Piment d'Espelette**

Étape 2

Préparation des makis

1. Sortir la piperade du réfrigérateur.
2. Déposer le thon sur une planche puis tailler des lanières assez fines. Assaisonner généreusement de piment d'Espelette et de fleur de sel. Réserver.
3. Verser la piperade sur la planche puis la hacher avec un couteau éminceur. Mélanger la piperade au riz dans un saladier en veillant à ne pas l'écraser.
4. Disposer le tapis à makis sur le plan de travail puis une feuille de nori par dessus.
5. Dresser le mélange piperade et riz sur la partie inférieur de la feuille de nori puis aplatir avec une spatule.
6. Déposer les lanières de thon sur le riz sur tout la largeur de la feuille. Refermer le maki en serrant légèrement et en tirant sur le tapis makisu.
7. Avant de retirer totalement le tapis mettre un peu d'eau sur l'extrémité de la feuille de nori pour la souder et que le rouleau garde sa forme. Terminer le roulage.
8. Parer les extrémités du maki puis répéter l'opération avec le reste des ingrédients.
9. Réserver les makis sur une assiette.

Étape 3

Dressage

1. A l'aide d'un couteau de chef bien affûté, tailler les makis en tronçons d'environ 3 cm.
2. Les disposer harmonieusement sur une assiette de dressage puis décorer de quelques herbes et quelques pétales de fleurs comestibles. Servir de suite.