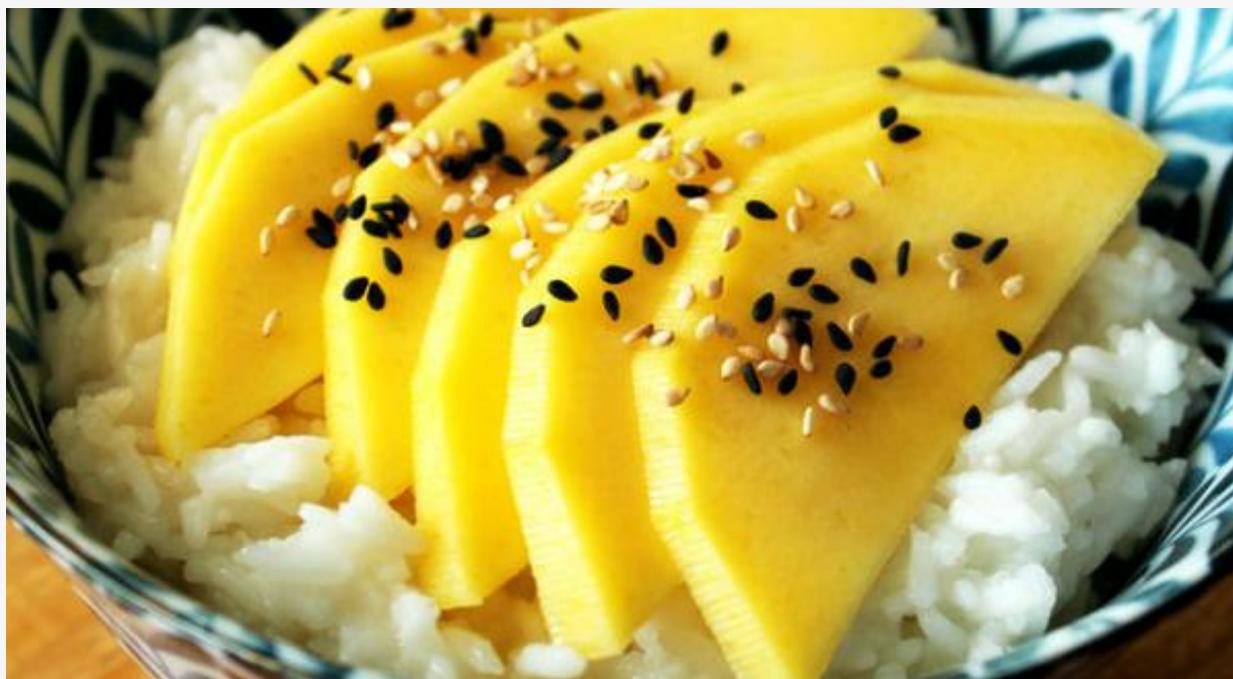




Riz, céréales et pain

Riz gluant à la mangue



13h30 **30 min** **30 min** **12h30** **359**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour 6 personnes

Ingrédients pour le riz gluant

250 g **Riz gluant**
20 cl **Lait de coco**
100 g **Sucre semoule**
1 c. à café **Sel**
3 **Mangue**

Ingrédients pour le dressage

2 c. à café **Sésame noir**
2 c. à café **Sésame grillé**

Étape 1

Préparation du riz gluant

- 1 Rincer le riz sous l'eau du robinet jusqu'à ce que l'eau devienne claire. Le laisser tremper dans un saladier d'eau froide pendant 12h.
- 2 12 h plus tard, égoutter le riz à l'aide d'une passoire.
- 3 Percer plusieurs fois une grande feuille de papier sulfurisé à l'aide d'un couteau éminceur, en tapisser le fond du panier d'un cuit-vapeur.
- 4 Placer le riz dans le panier et le faire cuire à la vapeur pendant 25 minutes. Remuer le riz de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois.
- 5 Pendant ce temps, mélanger le lait de coco, le sucre et le sel dans une casserole. Porter à ébullition pendant 5 minutes puis retirer la casserole du feu.
- 6 Oter le riz du cuit-vapeur et le répartir dans deux grands saladiers. Arroser avec le lait de coco et remuer à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce qu'il soit totalement absorbé par le riz.
- 7 Le fait de séparer le riz dans deux saladiers permettra qu'il absorbe plus facilement le lait de coco.
- 8 Recouvrir chaque saladier de film alimentaire, laisser reposer pendant 30 minutes à température ambiante.

Étape 2

Dressage

- 1 Peler les mangues à l'aide d'un économe et couper la chair en fines lamelles à l'aide d'un couteau éminceur.
- 2 Dresser le riz dans des bols individuels, recouvrir de lamelles de mangue. Parsemer de graines de sésame grillé et de graines de sésame noir.
- 3 Déguster tiède.