



Entrées froides aux produits de la mer

Gunkan maki (maki garni)



2h

TEMPS TOTAL

1h

PRÉPARATION

20 min

CUISSON

40 min

REPOS

266

CALORIES

Ingrédients
pour 8 personnes

Ingrédients pour le riz

300 g **Riz à sushi**
30 cl **Eau**
5 c. à soupe **Vinaigre de riz**
2 c. à soupe **Sucre semoule**
2 c. à café **Sel**

Ingrédients pour la garniture

5 **Feuille(s) de nori**
250 g **Chair de crabe**
4 c. à soupe **Mayonnaise**
50 g **Oeufs de saumon**
0.5 **Avocat**
5 tige(s) **Ciboulette**
2 c. à café **Jus de citron**

Étape 1

Préparation du riz

- 1 Mettre le riz dans une passoire et le rincer sous le robinet, jusqu'à ce que l'eau qui s'en écoule devienne claire. Laisser le riz s'égoutter pendant 30 minutes.
- 2 Pendant ce temps, faire chauffer dans une casserole le vinaigre de riz, le sucre et le sel. Remuer à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce que le sucre se dissolve. Laisser refroidir.
- 3 Verser le riz et l'eau dans une casserole puis porter à ébullition. Remuer à l'aide d'une cuillère en bois puis couvrir et faire cuire sur feu doux pendant 20 minutes, en remuant de temps en temps.
- 4 Verser le riz dans un grand plat peu profond et l'arroser avec la sauce vinaigrée. Mélanger à l'aide d'une cuillère en bois puis laisser refroidir à température ambiante.

Étape 2

Préparation de la garniture

- 1 Ciseler finement la ciboulette à l'aide d'un couteau éminceur. Mélanger dans un saladier la chair de crabe, la mayonnaise et la ciboulette.

Prélever la chair de l'avocat à l'aide d'une cuillère à

- 2** soupe, puis la couper en dés à l'aide d'un couteau éminceur.
- 3** Arroser de jus de citron pour éviter qu'ils s'oxydent.

Étape 3

Dressage

- 1** Se mouiller les mains et façonner des boulettes de riz un peu allongées, qui doivent tenir dans la paume fermée.
- 2** Découper les feuilles de nori en bandes de 4 centimètres de large à l'aide d'une paire de ciseaux.
- 3** Entourer chaque boulettes avec une bande de nori en laissant un espace pour la garniture.
- 4** Coller le bout de la bande en l'humidifiant avec un peu d'eau froide.
- 5** Garnir chaque gunkan maki avec un peu de farce au crabe, à l'aide d'une cuillère à café. Surmonter avec un peu d'avocat et d'œufs de saumon.
- 6** Dresser les gunkan maki sur une assiette de présentation et déguster sans attendre.