

< retour

# Riz gluant



Aimez-vous cet ingrédient?

IMPRIMER [1] TÉLÉCHARGER [2]

#### À PROPOS DE

# CARACTÉRISTIQUES

#### Saisonnalité:



Type: Riz

Origine: Thaïlande

Famille:

Le riz gluant présente l'avantage de ne pas avoir de gluten dans sa composition donc parfait pour les personnes ne supportant pas le gluten. Il possède par contre deux sortes de fécule, ce qui lui permet de devenir gluant.

## QUE FAIRE AVEC ?

## **COMMENT PRÉPARER?**

Il doit être d'abord lavé plusieurs fois à l'eau puis il faut le faire tremper pendant plusieurs heures avant de le cuisiner. Ensuite, on le cuisine dans un cuit-vapeur pour qu'il prenne cette consistance gluante.

## VALEURS NUTRITIVES (pour 100g\*)



Afficher plus

# Galettes de riz soufflé [3]

En savoir plus [3]

Kimchi [4]

En savoir plus [4]

# Boulettes de riz au soja épicé [5]

En savoir plus [5]

<sup>\*</sup> Source de données : AFSSA

# Riz gluant à la mangue [6]

### En savoir plus [6]

#### Liens

- [1] https://www.qooq.com/print/taxonomy/term/16330
- [2] https://www.qooq.com/printpdf/taxonomy/term/16330
- [3] https://www.qooq.com/recipes/galettes-de-riz-souffle
- [4] https://www.qooq.com/recipes/kimchi
- [5] https://www.qooq.com/recipes/boulettes-de-riz-au-soja-epice
- [6] https://www.qooq.com/recipes/riz-gluant-la-mangue