

Sushis

Temps de préparation : 15 min – Temps de cuisson : 3 min

Ingrédient(s) (pour 6 personnes) :

- 2 paquets de riz de konjac
- 10 ml de vinaigre de riz
- 10 ml de vinaigre balsamique
- 3 c. à s. de tofu soyeux
- 100 g de thon rouge frais
- Gomasio aux algues
- Sauce soja salée
- Wasabi

Etales de préparations :

- 1) Faites cuire le riz de konjac 3 min dans une grande casserole d'eau bouillante salée avec du gomasio aux algues.
- 2) Egouttez-le.
- 3) Dans une casserole, ajoutez le riz de konjac, les vinaigres. Faites chauffer lentement jusqu'à ce que le riz de konjac soit collant. Laissez refroidir.
- 4) Mélangez le tofu soyeux au riz de konjac. Il sert de liant.
- 5) Mettez l'équivalent d'une cuillère à café bombée de riz dans la paume de votre main et formez un boudin. Découpez votre poisson finement, taillez-le à la proportion de vos boudins et placez-le dessus.
- 6) Servez bien frais. Pour l'assaisonnement, diluez une cuillère à café de wasabi dans un petit bol avec la sauce soja, plus ou moins selon les goûts.