

# Recettes de base pour la réalisation de sushi, maki ou californien



Pour 4 personnes,  
soit 12 pièces.

## • INGREDIENTS

- 130 gr de riz à sushi
- ½ avocat
- ½ concombre
- ½ carotte
- 2 feuilles de nori (algues)
- 20 gr de sucre
- 20 cl de vinaigre de riz
- Sel fin : pour mémoire

## Assaisonnement d'accompagnement :

- Saumon, thon, daurade, sole, maquereau, miettes de crabe, surimi,
- Wasabi
- Sauce soja
- Gingembre mariné
- Sésame
- Oignons frits

## • Déroulement de la recette :

### La préparation du riz à sushi

Rincer le riz jusqu'à ce que l'eau coule claire, égoutter.

Cuire le riz dans 15 cl d'eau froide en portant à ébullition pendant 2 minutes, le laisser gonfler.

Mettre à bouillir le vinaigre de riz, le sucre et le sel. Laisser refroidir la préparation.

Incorporer dans le riz et bien mélanger et réserver.

Tailler les légumes en fin bâtonnets et réserver.

Supprimer toute partie de peau, arêtes et gras des poissons, tailler en bâtonnets.

Monter les sushis, maki ou californien

Réserver au frais puis les tailler à votre convenance

Accompagner avec le Wasabi, la sauce soja et le gingembre mariné.

BON APPÉTIT!

Recette du Cuisinier Pascal ARAGOU

**Perpignan Mini  
Maker Faire®**

Présenté par Leroy Merlin

 CCI SUD FORMATION  
CFA LANGUEDOC-ROUSSILLON



IMERIR  
une école

 CCI PERPIGNAN