

FICHE DE RECETTE

Boulettes de riz vapeur aux shitakee

Type de recette	snack
Nombre de portions	4
Temps de préparation	
Temps de cuisson	
Temps de refroidissement	
Coût matières total (HT) :	
Coefficient multiplicateur :	
Prix / Portion (HT) :	0,3200 €

INGRÉDIENTS

PRODUIT	UNITÉ	QUANTITÉ	PUHT	PTHT
Viande hachée	g	150		
Carotte	pc	¼		
Courgette	pc	¼		
Oignon ciboule	pc	¼		
Shitakee	pc	3		
Gingembre	g	5		
Riz basmati	g	75		
Blanc d'œuf (facultatif)	pc	1		
Sauce soja	g	4		
Mirin (facultatif)	g	4		
TOTAL				

DESCRIPTION DE LA RECETTE

Tremper le riz dans de l'eau froide 20 minutes.

Râper finement la carotte, la courgette.

Hacher l'oignon et les shitakees.

Mélanger tous les ingrédients dans un saladier avec 25 gr de riz puis former des petites boulettes.

Rouler dans le reste du riz et placer dans un cuiseur vapeur ou un panier à dim sum recouvert d'une feuille de chou.

Cuire les boulettes pendant 13 minutes à la vapeur.

Pour la sauce:

Mélanger un demi verre de sauce shoyu (soja) avec une noix de wasabi.

