

ONIGIRI



Ingrédients (7 à 8 boulettes)

- 2 tasses de **riz rond** variété Japonica (40cl = 320g de riz) • 2,4 tasse d'eau (48 cl)
- **algue nori** *Cuisson du riz nature : pour 1 mesure de riz, il faut 1,2 mesure d'eau

Cuisson du riz

- 1 Lavez le riz à l'eau courante en utilisant une passoire
- 2 Laissez-le tremper pendant au moins 30 à 60 min dans une cocotte
- 3 Faites-le cuire à feu moyen pendant 10 min.
- 4 Baissez sur feu doux et poursuivez la cuisson 12 min.
- 5 Mettez sur feu vif 10 sec.
- 6 Éteignez le feu et laissez reposer le riz pendant 10 min.
- 7 Mélangez

Riz pour sushi

Pour une mesure de riz, mettez 1,1 mesure d'eau. Ajoutez une feuille de Konbu de 7 x 7 cm au moment de la cuisson.

- 1 Divisez le riz en 7 à 8 portions. Chaque boulette doit faire 110 g soit l'équivalent d'un bol de riz.
- 2 Mouillez légèrement les mains et salez-les. Prenez une portion de riz, mettez un ingrédient au centre et recouvrez avec un peu de riz puis donnez une forme triangulaire à l'aide des mains.
- 3 Entourez l'onigiri d'une bande d'algue *nori* ou saupoudrez de sésame noir.

*Vous pouvez mettre dans la boule de riz : du saumon salé grillé, de l'umeboshi (prune salée), des algues à la sauce de soja et à l'extérieur du *nori*, du sésame noir.