

# Chirashi zushi



— Chirashi zushi

## Ingrédients (pour 4 personnes)

chirashi zushi

Riz :

- 500 grammes de riz
- 600 millilitres d'eau
- 150 millilitres de vinaigre à sushi (Nao *sensei* a dit 120ml mais je trouve que c'est pas assez)

Omelette :

- 4 œufs
- sel

Champignons :

- 100 grammes de champignons shiitake (on peut prendre des champignons de Paris brun à la place)
- 1 cuillère à soupe de sucre
- 1 cuillère à soupe de sake
- 1 cuillère à soupe de mirin
- 1 cuillère à soupe de sauce soja
- 50 millilitres d'eau

Autre :

- 50 grammes d'haricots mange-tout
- 50 grammes de carottes
- saumon (bien demander au poissonnier si on peut le manger cru)
- et/ou crevettes

Pour le saumon, il est préférable de le congeler 24 heures pour tuer d'éventuels vers et autres cochonneries.

# Préparation

- préparer le riz en suivant les instructions de [cette page](#) (laissez-le dans la casserole une fois cuit) ;
- couper les pieds des shiitake (on s'en débarrasse) ;
- émincer les champignons (largeur : 3 millimètres) ;
- mettre tous les ingrédients listés pour les champignons dans une casserole avec les champignons à feu moyen ;
- après l'ébullition, baisser le feu et laisser mijoter 10 minutes ;
- laisser refroidir ;
- mélanger les œufs avec une pincée de sel ;
- faire cuire comme une crêpe (c-à-d bien fin) ;
- couper en fines lamelles ;
- couper la carotte en julienne ;
- blanchir (plonger dans de l'eau bouillante) les haricots et les carottes pendant 2 minutes ;
- les plonger dans de l'eau froide et les égoutter ;
- faire tremper les carottes dans le vinaigre ;
- mélanger le riz avec le vinaigre à sushi et laisser refroidir ;
- hacher la moitié des shiitakes et les mélanger au riz
- couper les haricots en biais ;
- couper le saumon et/ou les crevettes ;
- disposer le riz, l'omelette et les autres garnitures.

---

Révision #3

Créé 23 janvier 2020 15:28:01 par Luc

Mis à jour 27 janvier 2020 17:26:38 par Luc