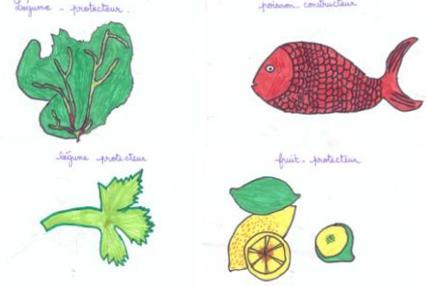


<b>Recette salée</b>	<h1>Maki</h1>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <b>Plat Principal</b></li> <li>✓ <b>Facile</b></li> <li>✓ <b>Bon marché</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <b>Temps de préparation : 1 heure 30 min</b></li> <li>▪ <b>Temps de cuisson :</b></li> </ul>
		<p><b>Ingrédients (pour 6 parts) :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 500 g de poisson</li> <li>- 1 œuf</li> <li>- 250 g de riz</li> <li>- 10 citrons</li> <li>- 6 feuilles de chou kanak</li> </ul>
		<p><b>Préparation de la recette :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1.</b> Couper le poisson en lamelles et le faire mariner dans le jus des citrons pendant 1 heure.</li> <li><b>2.</b> Echauder les feuilles de chou kanak.</li> <li><b>3.</b> Cuire le riz.</li> <li><b>4.</b> Râper l'œuf.</li> <li><b>5.</b> Poser la feuille de chou kanak et étaler 2 cuillères à soupe de riz sur la feuille.</li> <li><b>6.</b> Ajouter une lamelle de poisson et enrrouler la feuille.</li> <li><b>7.</b> Laisser reposer pendant 2 heures dans le réfrigérateur et les déguster avec de la sauce soja.</li> </ol> <p><b>Bon appétit !</b></p>

**Recette réalisée par le CM2 de l'école Publique à Poum pour l'édition 2014.**