

FONDATION



RIZ DE
SAINT-VINCENT



RECETTE AVEC
LA CLASSE DE CM2 DE L'ÉCOLE
GUY CHAMPMOREAU - 2018

LES SUSHIS PIZZA



LES SUSHIS PIZZA

INGRÉDIENTS

- - 300 g de riz
- 1 tranche de thon
- 1 avocat
- 1 concombre
- 1 carotte
- 4 crevettes
- Des herbes aromatiques
- De la sauce soja

Préparation : 15 min

5 parts

Cuisson : 10 min

Épluchez puis découpez le concombre et la carotte.

Découpez le thon et le saumon en petites tranches.

Décortiquez puis fendez les crevettes.

Découpez l'avocat en petites tranches.

Disposez le riz au fond de moules à cupcakes afin de créer la base des sushis pizzas.

Mettez les moules dans un four entre 8 et 10 minutes à 180°C.

Démoulez puis disposez sur les bases les différents ingrédients en fonction de vos envies.

Arrosez vos sushis pizzas avec de la sauce soja et déposez des herbes aromatiques à votre convenance.

N'hésitez pas à varier la taille et la forme de vos sushis pizzas

« Bon appétit »