

Bon appétit!



POKE BOWL
AUX CREVETTES LOCALES
ÉCOLE PUBLIQUE DE OUÉGOA -
CLASSE CM2 - 2022



Préparation : 20 min

1 personnes

Cuisson : 10 min

POKE BOWL AUX CREVETTES LOCALES

Ingredients

- 5 grosses crevettes du pays
- 80 grammes de riz jasmin cuit
- 2 tiges de ciboulettes ciselées
- Une pincée de graine de sésame
- 5 cuil à soupe d'huile de coco
- 2 CL de vinaigre de riz
- 2 cuil à café de sel
- 3 radis coupés finement en lamelles
- 1/3 de concombre coupé finement en lamelles
- Quelques feuilles de persil chinois
- Une dizaine de graines d'haricots edadame
- 3 cuillères à soupe de coco râpé
- 2 cuil à café de sucre

Préparation des crevettes : Décortiquer les crevettes, les tremper dans le coco râpé. Faire chauffer d'huile de coco, y ajouter les crevettes afin de les faire dorer.

Préparation du riz ! Mélanger le vinaigre, le sel et le sucre. Puis ajouter ce mélange au riz et mélanger.

Préparation du bowl : Disposer le riz au fond du bowl. Placer les légumes d'un côté et les crevettes.

Saupoudrer des herbes fraîches et des graines de sésame.

Déguster !