

Temaki de thon, concombre, pousse de pois et shiso |

Recette pour 4 personnes



Description

Un sushi rafraîchissant et qui saura vous surprendre par sa simplicité.

L'astuce du chef

La qualité du poisson est très importante lorsque l'on prépare des sushi. Le mieux est de vous rendre chez un poissonnier.

Ingrédients

Sushi

- 160 Gr Riz à sushi cuit
- 160 Gr Thon frais
- 1 Unité(s) Concombre libanais
- 30 Gr Pousse de pois
- 8 Feuille(s) Shiso
- 2 Feuille(s) Algue nori

Préparation

- Temps de préparation **30 mins**

Mise en place

Coupez les feuilles de nori en 4 afin d'obtenir 8 carrés.

Tranchez en sashimi le thon (8 tranches de 20gr) et incisez chaque tranche en 3 sur la longueur.

Taillez en julienne le concombre libanais.

Sushi

Dans chaque carré de feuille de nori légèrement torché au chalumeau, disposez de bout en bout le shiso puis 20gr de riz à sushi.

Ajoutez le concombre, les pousses et la tranche de thon.

Bon appétit!