

Véritable poke bowl

durée totale **40 min.** 20 min. temps de préparation 20 min. temps de cuisson

INGRÉDIENTS

4 portions

200 g	riz à sushi ou riz au jasmin
1	petit fenouil
2	avocats
0,5	concombre
75 g	pois mange-tout
12	petits radis
250 g	saumon (qualité Sashimi)
2,5 càs	<u>Sauce à base de Sauce Soja et d'huile de sésame, pour salade à base de poisson dite Poke Kikkoman</u>
1 càs	graines de sésame noires
	De la coriandre fraîche
1 càs	sésame noir (à saupoudrer)

PRÉPARATION

Étape 1

Cuire le riz selon les instructions indiquées sur l'emballage. Laisser refroidir un peu, puis répartir dans 4 bols.

Étape 2

Couper le fenouil en tranches très fines et le placer dans de l'eau glacée. Couper les avocats en tranches, couper le concombre en dés et les radis en deux. Placer les pois mange-tout dans une passoire et arroser d'eau bouillante.

Étape 3

Retirer la peau du saumon et le couper en cubes. Mélanger le saumon en dés, la sauce pour les poke bowls et les graines de sésame.

Étape 4

Disposer le fenouil, le concombre, l'avocat, les radis, les pois mange-tout, le saumon et la coriandre fraîche sur le riz dans chaque bol et saupoudrer de graines de sésame. Servir avec de la sauce pour les poke bowls.