

Riz de chou-fleur avec sauce au curry

durée totale **25 min.** 20 min. temps de préparation 5 min. temps de cuisson 30 min. temps de refroidissement

INGRÉDIENTS

10 portions

Pour le riz de chou-fleur :

- 1,5 kg** de chou-fleur, coupé en bouquets
- 20 g** d'huile d'olive
- 10 g** de gousses d'ail, hachées
- 10 g** de gingembre, râpé
- 400 g** de lait de coco
- 80 ml** [Sauce soja fermentation naturelle Kikkoman](#)
- 80 ml** [Sauce à base de Sauce Soja et d'huile de sésame, pour salade à base de poisson dite Poke Kikkoman](#)
- 15 g** de poudre de curry
- 10 g** de poudre de curcuma

Pour la garniture :

- 15 g** de feuilles de coriandre
- 15 g** de feuilles de basilic thaï
- 5 g** de gousses d'ail, coupées en fines tranches et frites jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes

PRÉPARATION

Étape 1

Hacher les bouquets de chou-fleur dans un robot culinaire jusqu'à ce qu'ils ressemblent à des grains de riz.

Étape 2

Faire chauffer l'huile d'olive dans une grande poêle ou un wok à feu moyen. Ajouter l'ail et le gingembre, puis faire revenir pendant 1 à 2 minutes jusqu'à ce qu'ils soient parfumés.

Étape 3

Ajouter le riz de chou-fleur et remuer bien. Verser le lait de coco, la sauce soja Kikkoman et la sauce pour poke bowls Kikkoman. Assaisonner avec la poudre de curry et le curcuma.

Étape 4

Faire cuire pendant environ 5 minutes en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que le chou-fleur soit tendre. Une fois cuit, retirer du feu et laisser refroidir. Servir froid dans des assiettes creuses, garni des herbes déchirées et des tranches d'ail croustillantes.