

MAKI ET AILERONS DE POULET - SALADE DE CHOUX



Pour 8 personnes

Fait par : Aleksandr, Jeanne, Marius, Max,
Thimothé, Léna, William

Le : 19/12/18

1. RIZ A MAKI

300 gr riz japonais à sushi
33 cl d'eau
35 gr de vinaigre de riz
15 gr de sucre
5 gr de sel

Laver le riz plusieurs fois (l'eau doit être claire),
l'égoutter puis le cuire à couvert avec l'eau.
Le débarrasser dans une plaque gastro.
Mélanger le sucre, le sel et le vinaigre puis le
verser sur le riz et remuer délicatement. Laisser
refroidir.

2. AILERONS DE POULET :

800 gr d'aileron de poulet
50 g de sucre cassonade
10 cl de sauce soja Tamari
20 gr de cébette
10 gr de gingembre
1 citron vert
10 gr d'ail
20 g de sésame
1/10 botte de coriandre

Désosser et mancher les ailerons.
Ciseler, hacher les herbes et aromates
Zester et presser le jus de citron vert.
Torréfier le sésame
Caraméliser le sucre, déglacer au soja.
Mettre en marinade les ailerons avec tous les
ingrédients (sauf la coriandre : au moment de
l'envoi)
Cuire au moment du service à 150/160°

3. SAUCE AIGRE DOUCE

10 gr de maïzena
10 gr de concentré de tomates ou ketchup

50 gr de cassonade
20 cl de vinaigre de riz
10 cl de sauce soja
10 g de gingembre
5 g d'ail

Caraméliser le sucre, déglacer au vinaigre de
riz. Délayer la maïzena dans la sauce soja
Mélanger tous les liquides, ajouter le sucre puis
la maïzena (mélanger ensemble) et fouetter
pour éliminer les grumeaux.
Verser dans une casserole et faire épaissir la
préparation. Débarrasser et placer en cellule.

4. SALADE DE CHOUX (FAÇON JAPONAISE)

400 gr de chou blanc
15 cl de vinaigre de riz
50 gr de sucre roux
40 gr de nuoc mam
10 g de gingembre
10 cl de sauce soja Tamari
1/10 botte de coriandre
1/10 de botte de ciboulette
20 gr de sésame

Tailler le chou à la mandoline le plus finement
possible
Caraméliser le sucre, déglacer au soja et au
nuoc mam, ajouter le gingembre haché
Verser sur le chou puis laisser mariner 1 heure
environ. Egoutter et dresser la salade dans des
bols. Saupoudrer de sésame torréfié

5. MONTAGE DES MAKIS

200 gr de crevette bouquet
200 g de blanc de poulet
200 gr de concombre
200 gr de mangue
150 gr de raifort
50 gr de sésame
4 feuilles de Nori

Pocher le blanc de poulet. Refroidir.
Éplucher et tailler en bâtonnets (5 mm*5 mm*5
cm) le concombre, la mangue
Sur le tapis à maki, poser la feuille de Nori,
étaier sur 1 cm d'épaisseur le riz, et remplir avec
tous les ingrédients puis rouler le maki.
1^{er} maki : crevette mangue
2nd maki : poulet, concombre, raifort
Saupoudrer ce dernier de sésame et tailler des
makis de 2 cm de large (1 rouleau pour 4 clients)
Servir les makis sur une assiette avec les pilons
la salade de choux et la sauce aigre douce à
côté.