

Recette

LE BIBIMBAP

DE RUKYA, NOÉLIE, PHILIPPINE
ET BRIGITTE



• Ingrédients pour 15 personnes

- sauce soja, sucre, sel
- huile de sésame
- pâte de piment chili rouge
- des graines de sésame doré
- 1kg de riz rond japonais
- 2 poignées de pousses de soja
- 400g de pousses d'épinard
- 3 courgettes
- 4 carottes
- 2 oignons et 1 tête d'ail
- 1 concombre
- 10 champignons shiitake (frais ou réhydratés)

• Etapes

1~ Rincer le riz jusqu'à ce que l'eau soit claire. Ajouter 2 fois son volume d'eau, couvrir hermétiquement et mettre à cuire à feu moyen.

2~ Ebouillanter les épinards et les essorer en les pressant à la main. Les découper rapidement au couteau.

3~ Eplucher et hacher l'ail, l'ajouter aux épinards avec quelques cuillères à soupe de sauce soja, quelques cuillères à soupe d'huile de sésame, une cuillère à café de sucre, une pincée de sel et une cuillère à café de graines de sésame.

LE BIBIMBAP DE RUKYA, NOÉLIE, PHILIPPINE ET BRIGITTE

4~ Faire revenir à la poêle, dans l'huile de sésame et en ajoutant un peu de sucre, un par un et en les mettant de côté quand ils sont prêts, les bâtonnets de carottes, les champignons, l'oignon, les courgettes, les pousses de soja.

5~ Préparer les sauces pour la table :

Mélanger 2 cuillères de sauce soja et 1 d'huile de sésame

Mélanger 2 cuillères de sauce soja et 1 d'huile de sésame avec un petit peu de pâte de piment.

6~ Prendre le riz cuit, ajouter 3-4 cuillères à soupe de vinaigre de riz et remuer.

7~ Remplir le fond de chaque bol avec une bonne part de riz puis disposer joliment sur le riz, en alternant les couleurs, les légumes revenus et le concombre cru coupé en lamelles fines.

8~ Parsemer de graines de sésame grillées et servir.

