

THON · NORI · RIZ · SNACK · ASIATIQUE · RAPIDE

Triangles de nori au thon



@mandine.cuisine
INSTAGRAM

Triangles de nori croustillants garnis de riz assaisonné, thon épicé, concombres et fromage frais.

PREP
20 min

COOK
15 min

SERVES
7

LEVEL
Easy

Notes

Parfait pour un déjeuner rapide et frais ! Proportions pour 7 carrés, soit 14 triangles;

Ingredients

12 ITEMS

RIZ

 Riz à sushi cuit	250 g	 Vinaigre de riz	2 c. à soupe
 Huile de sésame bio	2 c. à soupe	 Furikaké io	1 c. à soupe

FARCE AU THON

 Thon en boîte	280 g	 Mayonnaise Kewpi	3 c. à soupe
 Sauce Sriracha	1 c. à soupe	 Cébettes	-
 Furikaké bio	2 c. à soupe		

ALGUES NORI & GARNITURE

 Algues nori en feuilles	10 feuilles	 Fromage frais	100 g
 Concombre bio	0.5 pièce		

Method

5 STEPS

- 1 Rincez bien le riz à sushi cuit, puis faites-le cuire selon le temps indiqué sur le paquet.
- 2 Pendant ce temps, mélangez le thon avec la mayonnaise Kewpi, la sauce Sriracha, les cébettes et le furikaké bio.

- 3 Une fois le riz cuit, assaisonnez-le avec l'huile de sésame bio, le vinaigre de riz et la dernière cuillère de furikaké bio.
- 4 Découpez chaque feuille d'algue nori depuis le milieu d'un côté jusqu'au centre. Garnissez en quatre zones : riz, thon, concombre bio et fromage frais.
- 5 Repliez la feuille sur elle-même, d'abord devant, puis sur la droite et enfin en bas.

Serving

Coupez chaque carré en deux pour former un triangle. Servez aussitôt pour conserver tout le croustillant de l'algue nori.