

Nathalie présente les...

# ONIGIRI

## お握り

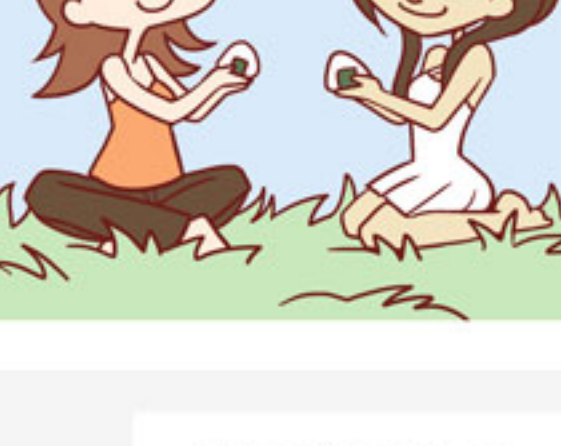


Déjà, qu'est-ce qu'un ONIGIRI ?

### INTRODUCTION

Si on a le jambon-beurre en France, au Japon, c'est l'onigiri qu'on va emmener avec nous en pique-nique.

C'est pratique, on peut mettre ce qu'on veut dedans, et c'est très facile à faire.



POUR 4 PERSONNES

### INGRÉDIENTS

- 500g de riz rond
- 1 feuille de nori (algue séchée)



POUR LA GARNITURE, J'AI CHOISI :

- 1 boîte de thon
- 1 échalote
- 1 jaune d'oeuf
- 1 cuillère à café de moutarde
- de l'huile de tournesol
- sel, poivre



POUR CUIRE LE RIZ

### PRÉPARATION

Le mieux pour cette recette, c'est de cuire le riz à l'autocuiseur. Le riz doit être légèrement collant. Sinon vous pouvez aussi cuire votre riz en mettant autant de quantité de riz que d'eau dans une casserole, et attendre l'évaporation complète de l'eau.



Lorsque le riz est prêt, laissez refroidir pendant 15 minutes.

### LA GARNITURE

En attendant, vous pouvez préparer une petite mayonnaise. Touillez le jaune d'oeuf avec la moutarde, le sel et le poivre, et fouettez le tout en incorporant l'huile de tournesol tout doucement jusqu'à avoir une jolie consistance.

Le mieux, c'est de goûter avec le doigt, n'est-ce pas Fifi?

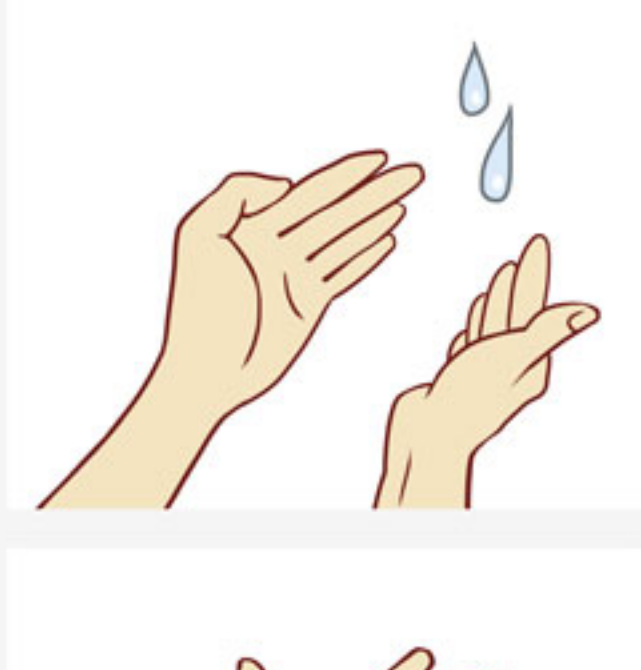
Hum ?



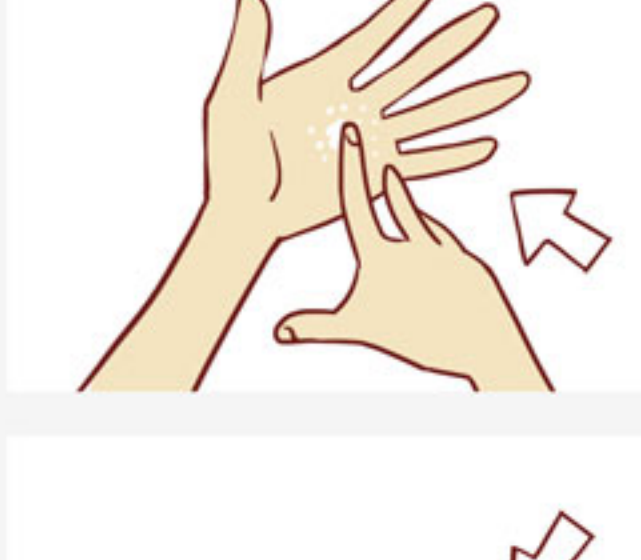
Vous pouvez mettre une cuillère à soupe de mayonnaise dans votre boîte de thon émietté et une échalote ciselée. C'est prêt !

### ET C'EST PARTI POUR LE PREMIER ONIGIRI !

Mouillez vos mains. Ne pas oublier de le faire avant chaque boule, sinon vos mains collent !



Saliez-les.



Faites un petit tas de riz dans votre main.



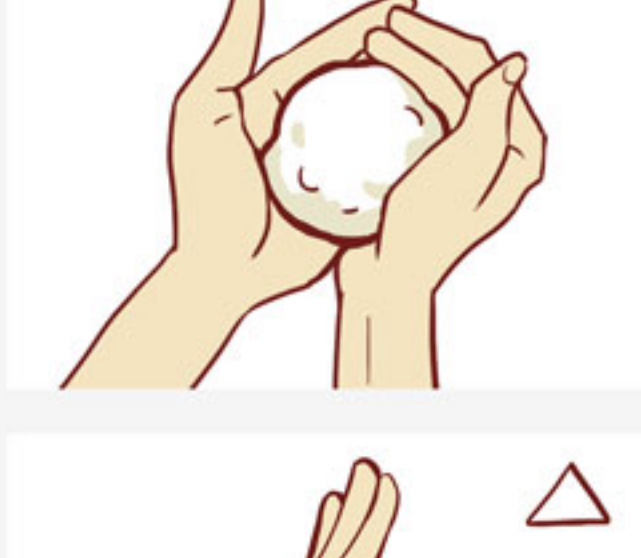
Mettez une cuillère à café de garniture.



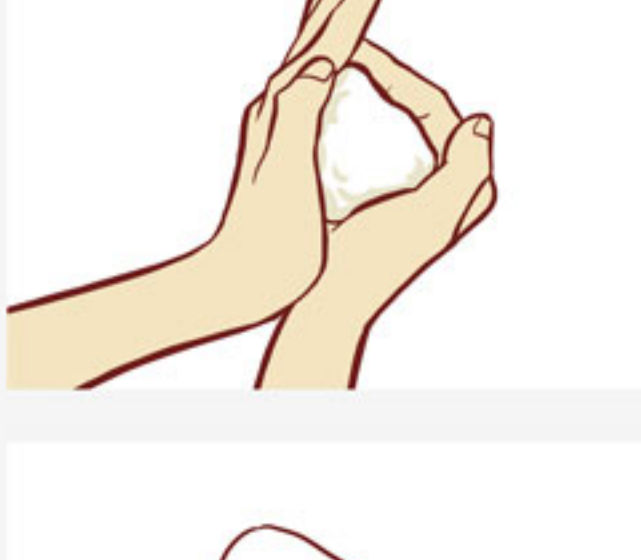
Superposez un autre petit tas de riz



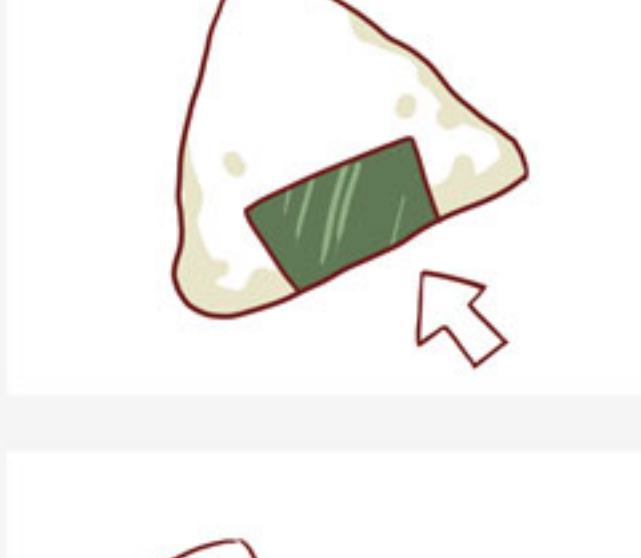
Et hop, roulez entre vos deux mains pour faire une boule.



La forme triangulaire se constitue lentement en mettant une main à plat et en faisant un angle avec l'autre. Tournez votre boule de riz pour constituer les trois angles.



Et la dernière touche... la feuille de nori ! Traditionnellement, elle se pose sous un côté du triangle pour pouvoir tenir l'onigiri à la main sans se coller au riz



Mais vous pouvez également vous amuser... Humidifiez rapidement votre morceau découpé et collez la où vous désirez !

