

Chirashi de Céréales à l'Asiatique, Thon, Avocat, Oranges sanguines



Ingrédients

Nombre de portions :

 20 portions

- 1,5 kg de Céréales à l'Asiatique
- 3 kg d'avocat
- 2 kg d'oranges sanguines
- 2 kg de thon frais
- Huile de sésame
- Vinaigre de riz
- Coriandre fraîche
- Graines de sésame
- Sel, Poivre

Produit utilisé dans la recette :



Étapes

- 1 Graisser les Céréales à l'Asiatique avec l'huile de sésame.
- 2 Réhydrater le mélange et y ajouter la coriandre fraîche hachée, puis les segments d'orange sanguine.
- 3 Dresser en bols. Enrober le thon de vinaigre de riz et dresser de suite.
- 4 Ajouter la chair d'avocat coupée en cubes puis saupoudrez l'ensemble de graines de sésame toastées.
- 5 Prévoir un moulin sel/poivre pour rectifier au besoin.

L'astuce du chef

Remplacer le thon mariné par du tofu fumé.