



Ingrédients :

- 1 tasse de riz japonais ou riz rond
- 1 1/2 tasse d'eau
- vinaigre de riz
- 2 feuilles d'algue nori
- 100 g de saumon frais
- 1 Avocat
- sucre
- sel
- 1 tapis à sushi

Préparation :

Laver le riz plusieurs fois jusqu'à ce que l'eau soit bien claire puis bien égoutter.

Mettre le riz dans une casserole puis rajouter l'eau, couvrir et laisser reposer le riz à température ambiante pendant 30 minutes.

Faire cuire le riz toujours couvert pendant 3 minutes à feu fort puis 12 minutes à feu moyen. Lorsque le riz est cuit retirer du feu et laisser reposer 10 minutes.

Préparer l'assaisonnement pour le riz, dans un bol mettre 3 cl de vinaigre de riz, 2 c. à café de sucre et 1 c. à café de sel puis mélanger et réserver.

Couper l'avocat en 2 dénoyauter puis en lamelle de 1cm de largeur dans le sens de la longueur.

Couper le saumon en lanière d'1 cm environ et réserver.

Mettre le riz bien chaud dans un bol puis verser le mélange de vinaigre de riz et mélanger délicatement

puis couvrir le riz avec un torchon humide et laisser refroidir à température ambiante.

Poser la feuille de nori coté lisse vers l'extérieur sur le tapis à sushi, (humidifier vos main pour éviter que le riz vous colle au main), puis mettre le riz sur la feuille et l'étaler sur les $\frac{3}{4}$ de la feuille en appuyant légèrement, ensuite garnir avec l'avocat et le saumon puis soulever le tapis pour commencer à rouler le maki en faisant une légère pression puis continuer à rouler doucement en serrant bien pour éviter que le maki ne se décolle.

Humidifier la lame de votre couteau puis couper le maki en rondelle de 3 cm environ.

Servir avec la sauce soja sucrée et une pointe de wasabi.

Astuces : Vous pouvez varier vos maki en utilisant différents ingrédients comme le thon, les crevettes, les carottes, du radis noir, des concombres, etc....

Anecdotes : Le makizushi (littéralement "sushi en rouleau"), souvent appelé maki en Europe, est une spécialité culinaire Japonaise se présentant sous la forme d'un rouleau d'algue nori séchée enrobant le riz vinaigré, farci par divers aliment, en particulier du poisson cru ou des plantes. Comme les autres sushis, on le trempe dans de la sauce mélangée à du wasabi. Il est très proche de son cousin de Corée, le kimbap.