

Octopus poke bowl, bouillon brûlant



Coût :

€ € €

Ingrédients pour 1 couvert

Référence	Ingrédients	Quantité
245220	Tentacule de poulpe cuit 170/330 g	50 Gramme
12676	Crevettes tropicales décortiquées cuites 300/500	40 Gramme
95194	Fèves de soja édamamé 1 kg	15 Gramme
30146	Pointes d'asperges vertes 1 kg	15 Gramme
237611	Petits pois doux très fins CE2 2,5 kg Minute Bonduelle	15 Gramme
54018	Mélange de champignons miniatures 1 kg	15 Gramme
4813	Noix de Saint-Jacques sans corail MSC 150 +	1.5 Pièce
	Chou Kale	15 Gramme
	Pousses de haricots mungo	15 Gramme
	Vinaigre de gingembre	3 Centilitre
	Bouillon	5 Centilitre

Etapas de préparation

- 1 Réaliser un bouillon thaï, incorporer les fèves de soja, les pointes d'asperges, le mélange de mini champignons, les petits pois et pousses de haricots Mungo. Corser avec un vinaigre de gingembre. Ajouter le chou kale
- 2 Déposer dans un bol tous les ingrédients : crevettes, poulpe, noix de Saint-Jacques puis recouvrir des légumes préalablement poché dans le bouillon thaï
- 3 Verser le bouillon à ébullition dans le bol sur les ingrédients. Finir avec quelques feuilles de chou kale