



Onigiris Frits Au Poulet Sauce Cremeuse Au Vinaigre De Prune Et Au Gingembre

Plat de base à la carte des pubs japonais, ces onigiris, des boulettes de riz frites renouvellent la tradition avec leur panure de panko. Un morceau de poulet sauté, assaisonné d'épices et de sauce à la prune est enroulé d'une feuille de bok choy pour fourrer une boulette de riz. Servez ces joyaux croustillants à tremper dans une sauce sucrée-salée crémeuse au vinaigre de prune et au gingembre. **Conseils & Astuces :** Le vinaigre de prune "ume" ou vinaigre "umeboshi" est un condiment japonais aux saveurs acides et salées-sucrées. Il provient de la saumure des umeboshi, des prunes marinées, il très populaire au Japon. On le trouve dans les épiceries de produits biologiques ou comme la mayonnaise Kewpie, sur internet et dans les épiceries japonaises. Placez un bol d'eau fraîche à proximité quand vous réalisez les boulettes. Si le riz devient trop collant aux mains, mouillez-les puis continuez à former les boulettes. Vous pouvez également utiliser des gants. Pour vous aider, il existe aussi des moules à onigiri dans les supermarchés asiatiques ou sur internet. Tous les composants peuvent être préparés à l'avance. Conservez le riz, le poulet cuit et la sauce dans des contenants hermétiques séparés au réfrigérateur pendant 3 jours. Réchauffez le riz à sushi et préparez les feuilles de bok choy avant de former les boulettes de riz. Congelez et faites cuire les boulettes de riz comme indiqué.

Ingrédients

4  **Pour4****Portions**

Onigiris (Boulettes) :

1 Cuil. À Café De Mélange D'épices À La Japonaise
(Ingrédients Et Recette Plus Bas)

2 Cuil. À Café D'huile Végétale

10 Feuilles Tendres De Bok Choy (Vert Des Feuilles)

2 Œufs Battus

100 G De Panko (Chapelure Japonaise)

Huile Pour Friture

Sauce Prune Gingembre :

200 G De Mayonnaise Kewpie Japonaise, (Ou Classique)

3 Cuil. À Soupe De Ketchup

1 Cuil. À Café De Vinaigre Umebosis

325 G De Riz À Sushi

2 Cuil. À Café De Sucre De Canne

1 Cuil. À Café **Ducros® Gingembre Moulu**

1 Cuil. À Café De Mélange D'épices À La Japonaise Maison

Mélange D'épices À La Japonaise (Shichimi Togarashi)

1/4 Cuil. À Café De Zeste D'orange Râpée

1/2 Cuil. À Café **Ducros® Piment Doux Moulu**

1 Cuil. À Café **Ducros® Sésame Doré**

1/2 Cuil. À Café **Ducros® Gingembre Moulu**

1/2 Cuil. À Café **Ducros® Gingembre Moulu**

2 **Ducros® Poivre Blanc Moulu**

300 G De Filet De Poulet Coupé En Cubes De 4-5 Cm

Marinade :

75 G De Sauce Prune-Gingembre (Recette Plus Bas)

2 Cuil. À Soupe De Mirin

2 Cuil. À Soupe De Vinaigre De Prune Umebosis,

1 Cuil. À Soupe De Sauce Soja

1 Cuil. À Café **Ducros® Gingembre Moulu**

1/4 De Feuille De Nori (Algue Séchée Pour Sushi)

Procédure

1. Préparez le mélange d'épices japonaises : broyez le morceau de feuille de nori dans un moulin à café, puis mélangez avec le zeste d'orange et les autres épices. Réservez.
2. Pour les Onigiri (boulettes) : faites cuire le riz comme indiqué sur le sachet avec 500ml d'eau. Une fois cuit, détachez les grains à la fourchette, puis laissez-le tiédir.
Pour la marinade : mélangez les ingrédients dans un grand saladier. Réservez 3 cuill. à soupe de cette marinade dans un petit bol. Ajoutez le poulet dans le saladier, couvrez et réfrigérez 30 minutes.
Egouttez les cubes de poulet, puis faites-les revenir 2-3 min avec 1 cuill. d'huile dans un poêle chaude. Baissez le feu, rajoutez la marinade et cuisez 3-5 min, en remuant jusqu'à ce que le poulet soit doré.
Enveloppez un morceau de poulet dans une feuille de bok choy. Déposez du riz encore chaud dans le creux de la main et enfoncez un morceau de poulet enveloppé, rajoutez du riz pour bien recouvrir. Tassez pour créer un onigiri en forme de boulette ou de triangle. Déposez chaque onigiri sur une plaque recouverte de papier anti adhésif. Répétez l'opération avec chaque morceau de poulet. Couvrez d'un film et congelez 30 min., jusqu'à légère congélation.
3. Pendant ce temps, réalisez la sauce prune-gingembre en mélangeant tous les ingrédients soigneusement. Couvrez et réfrigérez jusqu'à utilisation.

4. Finition des onigiris : sortez-les boulettes du congélateur, déposez-les unes par une dans les oeufs battus, puis roulez-les dans le panko avant de les redéposer sur la plaque. Faites les frire dans de l'huile chauffée à 180°C, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Déposez-les sur du papier absorbant.
5. Servez les onigiris avec une coupelle de sauce crémeuse prune au gingembre.

TYPE DE RECETTE: CONDIMENTS

TEMPS DE PRÉPARATION : 45

TEMPS TOTAL: 45