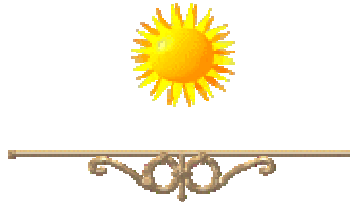


Fiche recette 65

Zenzai - Soupe japonaise sucrée aux Haricots rouges.

(Plat végétarien). Temps de trempage 12 heures
Préparation : 30 minutes - Cuisson : 30 minutes.

Cette recette est faite de haricots rouges, des aduki. Cette soupe traditionnelle est servie chaude, seule ou avec des prunes ou des bébés aubergines marinées. Les haricots aduki cuisent très rapidement. Si on utilise des haricots rouges ordinaires, il faut calculer 1H30 de cuisson au lieu de 30 min.



Ingrédients pour 4 personnes.

200 g de haricots rouges, 200 g de sucre brun , 1 pincée de sel , 2 gâteaux de riz (mochi) , 1 feuille d'algue séchée.

Préparation & Cuisson.

Faire tremper les haricots toute la nuit. Les égoutter puis les mettre dans une casserole et les couvrir d'eau froide. Amener l'eau à ébullition et les y maintenir pendant 3 minutes. Ajouter alors le sucre et le sel. Diminuer le feu de cuisson et laisser mijoter 30 minutes. Dans une poêle, faire griller les gâteaux de riz avec quelques gouttes d'huile jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Diviser la feuille d'algue en 4 et diviser chaque gâteau de riz en 2. Se mouiller les doigts et enrouler un morceau d'algue au centre de chaque morceau de gâteau de riz. Déposer un morceau de gâteau de riz garni dans chaque bol et verser doucement la soupe chaude dessus. Servir chaud.