Riz indien au poisson
RECETTE

Riz indien au poisson

<?xml version="1.0"?>
TEMPS
40 Min
INGRÉDIENTS
10 Produits
FAIRE
4 x
Voyagez avec Ben's Original™ ! L'association du riz, du poisson et du citron fait de votre plat un vrai régal.
PARTAGER

- Pinterest (opens in new window)
- Facebook (opens in new window)
- Twitter (opens in new window)
- Download (opens in new window)
- Print (opens in new window)

INGRÉDIENTS

- 40 cl de lait de coco ou
- 18 cl de demi-crème acidulée
- 3 c. à s.de noix de coco râpée
- 2 oignon primeur avec les fanes, coupé en fines rouelles
- 2 citron, un peu de zeste râpé et

- 4 c. à s. de jus
- 2 c. à s. de pâte de bouillon de viande
- 500 g de filets de poisson, p. ex. sandre, coupés en morceaux
- 2 paquets de riz Express Indien Ben's Original™ (à 250 g)
- Sel et poivre

Préparation

1. 1
   Portez à ébullition le lait de coco. Ajoutez l`oignon, le zeste et le jus de citron ainsi que le bouillon. Incorporez le poisson, assaisonnez, laissez reposer env. 5 minutes juste au-dessous du point d`ébullition.
2. 2
   Préparez le riz Express Indien Ben's Original™ selon le mode d`emploi.
3. 3
   Dressez le riz dans des assiettes à soupe, répartir le poisson avec un peu de sauce. Servir le reste à part.

Catégories:

Poisson, Poêle de riz, 30 - 45 MIN, Haute teneur en protéines, INDIAN, Pour tous les jours, Cuisiner avec des enfants

PLUS DE RECETTES COMME CELLE-CI

Salade de riz à l’indienne avec poulet

Temps

15 Min

Ingrédients

9 produits

Plus De Détails

Riz à l’italienne au poulet

Temps

20 Min

Ingrédients

5 produits

Plus De Détails

Saumon Asiatique

Temps

20 Min

Ingrédients

9 produits

Plus De Détails

Source URL: *https://ch.bensoriginal.com/recettes/riz-indien-au-poisson*