

Riz sauté façon gourmande pour accompagner viandes et volailles

4 personnes

Ingrédients

250g de riz basmati

1 oignon moyen

De 1 à 4 gousses d'ail selon l'accompagnement

Gingembre 1 c à entremet à 1 c à s

4 à 5 c à s d'huile

2 œufs

1 à 2 c à c d'huile de sésame grillée

Sel, poivre

Bouillon (de légumes, ou de viande.... Suivant l'accompagnement)

Préparation du bouillon

Faire revenir une carcasse de volaille, ou un épigramme de cabri, ou des hauts de côtes d'agneau, etc.... selon le plat qui va accompagner le riz

Mettre dans un plat allant au micro onde avec couvercle, recouvrir complètement la viande avec de l'eau. Cuire à puissance maximale durant ¾ d'heure

Assaisonner, sel, poivre et suivant votre plat principal (thym, romarin, zeste de citron)

Préparation la veille

Faire cuire le riz la veille avec le bouillon selon les indications du paquet

Mettre à refroidir sur un plateau puis le recouvrir d'un film alimentaire et le mettre au réfrigérateur

Le jour même

Eplucher et hacher l'oignon, l'ail, le gingembre finement

Battre les 2 œufs à la fourchette avec 1 à 2 c à c d'huile de sésame grillée

Mettre dans un wok ou une grande poêle 4 à 5 c à s d'huile

Lorsque l'huile est chaude, faire sauter le mélange oignon, ail, gingembre

Salé légèrement, ajouter le riz, le faire sauté en tournant, jusqu'à ce qu'il soit bien brûlant

Ajouter les œufs battus, tourner rapidement, rectifier l'assaisonnement si nécessaire, mettre dans le plat de service