Caviar végétal

(perles du japon)

Ingrédients

3 tasses d'eau (filtrée)

2 cuillères à soupe de petites perles de tapioca (ou perles du Japon)

2 cuillères à soupe de sauce soja Tamari (ou sauce soja)

10 gouttes de liquide fumé

3 càs d'huile d'olive

Préparation

Faire bouillir les trois tasses d'eau dans une casserole. Lorsque l'eau bout, ajouter les perles de tapioca.

Baisser un peu le feu, laisser cuire entre 15 et 20 minutes, tout en mélangeant avec une cuillère en bois. Les perles sont cuites lorsqu'elles deviennent presque entièrement translucides.

Verser les perles dans une passoire-chinois, passer un filet d'eau sur les perles pour les rincer un peu.

Verser les perles bien égouttées dans un bol, arroser d'un filet d'huile d'olive et mélanger à l'aide d'une fourchette.

Ajouter la sauce soja Tamari, le liquide fumé, les 3 càs d'huile et mélanger à nouveau.

Laisser reposer pendant une heure à température ambiante.

Conseil : pensez à sortir du frigo les perles au moins heure avant de les déguster.

ZeroGluten VegeBrest par Mj Allenbach
http://0-gluten-vege-brest.weebly.com/ mj.mcallen.vege.glutenfree@gmail.com