

## Boîtes animaux gourmandes

Au Japon, on appelle ces boîtes gourmandes des "charaben", un mot qui mélange ceux de "character" (personnage) et "bento" (boite-repas). Les enfants japonais trouvent ces jolies surprises en ouvrant leur boîte de déjeuner à l'école. Les parents japonais se lèvent tôt le matin pour les leur composer... Mais nous, on va les faire nous-mêmes !



1) Cuire le riz selon les indications données sur le sachet. Profiter de la cuisson du riz pour faire chauffer les saucisses de tofu, qui seront plus faciles à manier chaudes.

2) Mélanger le riz encore chaud avec le jus de betterave et le vinaigre d'umebosis. Laisser tiédir (mais pas refroidir). Avec les mains mouillées, prélever des balles de riz et modeler pour former les têtes des cochons.

3) Découper des formes pour les oreilles et le groin dans le jambon vegan. Découper les yeux dans l'algue nori.

4) Couper les saucisses à 6 cm de chaque bord pour avoir quatre "têtes" arrondies. Découper les pattes au couteau.

5) Découper des formes à l'algue nori pour la déco.

6) Arranger les cochons et les pieuvres sur de belles feuilles de salade.

Consommer dans la journée.



Pour préparer des cochons et des pieuvres pour 2 boîtes-repas, il nous faut :

- 1 verre 1/2 de riz à sushi
- 2 c. à soupe de jus de betterave (celui des betteraves cuites sous-vide)
- 1 c. à soupe de vinaigre d'umebosis (pour la couleur et le goût, mais on peut le remplacer par du vinaigre de cidre et un peu de sel)
- 2 ou 3 tranches de "jambon" vegan (plus facile à manier que le vrai jambon)
- 1 feuille d'algue nori
- 1 ou 2 saucisses de tofu fumé
- Des feuilles de salade et plein d'autres crudités : carottes, tomates cerise...

