

# Sushi Lasagne à la caméline

★★★★★ Rated 5.0 stars by 1 users

## Portions

5

## Temps de préparation

25 minutes

## Temps de Cuisson

20 minutes

Recette facile à préparer à l'avance pour vos lunchs de la semaine !

Auteur(e):

Le Fitcook



## Ingrédients

### Plat

3 tasses (750 ml) de riz à sushi, cuit

4 feuilles de nori

### Saumon

700 g de saumon, coupé en cubes de 2 cm

2 oignons verts, hachés

2 c. à soupe (30 ml) de graines de caméline Signé Caméline

### Sauce

½ tasse (125 ml) de sauce Teriyaki La Ninja Fitcook Foodz

## Directions

1. Préchauffer le four à 350.
2. Dans un petit bol, mettre tous les ingrédients de la sauce. Bien mélanger.
3. Dans un grand bol, mettre tous les ingrédients du saumon. Ajouter la moitié de la sauce et bien mélanger. Réserver.
4. Dans un plat allant au four vaporisé d'huile, mettre le riz à sushi. Bien presser pour faire une grosse galette uniforme. Ajouter les feuilles de nori par-dessus le riz, en les superposant, pour couvrir la totalité de la surface du plat.
5. Ajouter le contenu du grand bol par-dessus les feuilles de nori. Bien étendre pour couvrir la totalité de la surface du plat. Enfourner pendant 20 minutes.
6. Servir avec les garnitures et la sauce restante.

3 c. à soupe (45 ml) de mayo  
légère

2 c. à soupe (30 ml) de yogourt  
grec

1 c. à soupe (15 ml) d'huile de  
caméline torréfiée Signé  
Caméline

2 c. à soupe (30 ml) de miel de  
caméline Signé Caméline

1 lime (zeste & jus)

Sriracha, au goût

### Garnitures

2 avocats, en tranches

1 concombre anglais, en  
tranches biseautées

Feuilles de coriandre, au goût

2 c. à soupe (30 ml) d'oeufs de  
poisson

2 c. à soupe (30 ml) de graines  
de caméline torréfiées Signée  
Caméline

---

### Notes supplémentaires

Amateurs de sushi, vous serez servis! Voici une variante super originale des sushis, en format lasagne facile à cuisiner... et le plus beau dans l'histoire, c'est que ce repas est aussi délicieux chaud, que froid! À noter que si l'on veut manger le repas chaud, les garnitures devront être entreposées dans un contenant à part et ajoutées à la dernière minute.