



## LE POKE BOWL ALBATORE

### ↳ Ingrédients :



- Miettes de thon - 80 g
- Riz blanc - 80 g
- Carottes râpées - 50 g
- Mix poivrons lanières - 60 g
- Fèves de soja - 60 g
- Tomates cerises - 2
- Graines de pavot - 1 g



### ↳ Progression de la recette :



*Faire décongeler le riz blanc cuit surgelé et les fèves de soja.  
Egoutter le mix poivrons à l'huile.*

#### Montage :

*Déposer les ingrédients les uns à côté des autres, ajouter les tomates cerises coupées en deux et parsemer de graines de pavot.*

*Servir avec un pot de sauce à part.*