

Riz thaï & compotée d'oignons / carottes au tamari

Ces derniers temps, j'ai proposé beaucoup de recettes sucrées.

En tout cas, plus qu'à mon habitude.

Je prends plaisir à réaliser des desserts de fête ou [de quotidien](#)... et je suis sûre que vous prenez aussi plaisir à les découvrir.

Toutefois, vous comme moi, ce ne sont pas elles qui nous nourrissent quotidiennement.

Aujourd'hui, on retourne donc à une recette comme je les aime tant.

Une recette du quotidien qui allie **simplicité**, **goût**, **rapidité** & **équilibrée**.

J'avais envie de riz.

Puis de [carottes](#) aussi. Mais, cette fois, contrairement à mes 2 mousselines de carottes qui tirent vers le sucré ([ici](#) & [là](#)), j'avais envie de quelque chose de salé. Un brin d'exotisme peut-être.

Et, je me suis souvenue d'une recette du livre [Bio, bon & gourmand de Valérie Cupillard](#) qui mettait justement tous ces ingrédients en scène... un peu comme un souhait qui s'exaucerait.

Vite, vite... Testons voir si le goût sera à la hauteur de mon envie gourmande du moment !



Ingrédients : (pour 1 personne)

- 60 à 100 de riz thaï (demi-complet bio)
- 2 clous de girofle
- 2 oignons émincés
- 1 carotte lavée & découpée en petits dés
- 1 cas d'huile d'olive
- 2 cas de tamari (sauce soja)

Préparation :

1. Dans un petit faitout, versez les clous de girofle & le riz.
2. Faites cuire le riz dans 2 fois son volume d'eau (80 gr de riz = 160 ml d'eau), selon les indications de votre paquet de riz.
3. Pendant que le riz cuit : dans une grande poêle, versez l'huile d'olive, les oignons émincés & les dés de carottes.
4. Faites cuire à feu doux & à couvert pendant environ 10 minutes, en remuant de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois.
5. Lorsque les oignons commencent à dorer (environ 10 min) : ajoutez le tamari sur le mélange oignons/ carottes, et remuez un peu.
6. Versez le riz cuit dans une assiette (en retirant les clous de girofle).
7. Versez par dessus le mélange oignons / carottes / tamari.

Que dire ?

Haaa...
Parfois, la magie se trouve dans des gâteaux compliqués, beaux, jolis, dont leur histoire de création est presque féerique...
Mais parfois, la magie se trouve autre part.

Dans l'appréciation d'une saveur simple.

Simple n'est pas synonyme de banale.

Il suffit simplement, parfois, d'apprendre à savourer ces petites choses simples... Car ce sont elles qui rendent la vie de tous les jours si délicieuse.

C'est ça, parfois, la magie.

Recette de base du livre Bio bon gourmand de Valérie Cupillard