

Recette de la semaine : Rouleaux d'été



Ingrédients :

- 1/2 concombre
- 1 carotte
- 1 avocat
- 1 paprika
- (Vous pouvez prendre tous les légumes que vous voulez)
- Nouilles de riz
- papier de riz
- Sauce soja
- Crème de cacahuètes
- Ail
- Vinaigre balsamique
- sauce piquante (par exemple Sriracha)



1

Faites cuire les nouilles de riz pendant 5 minutes dans de l'eau



2

Versez les nouilles de riz dans une passoire et refroidissez-les légèrement à l'eau froide. Mettez-les de côté et laissez-les refroidir complètement



3

Coupez les poivrons en très fines lamelles



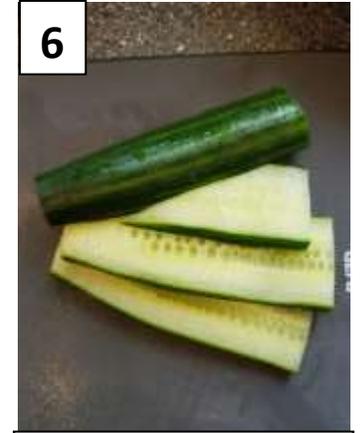
4

Pelez la carotte



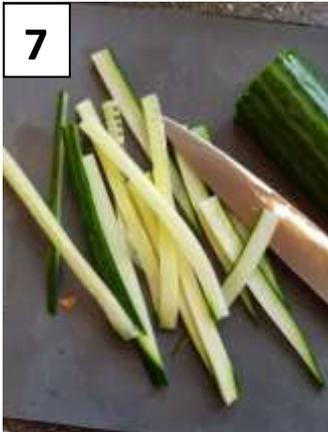
5

Coupez la carotte en très fines lamelles



6

Coupez le concombre en fines tranches



7

Coupez le concombre en tranches très fines



8

Coupez l'avocat en 2 moitiés et retirez le noyau



9

Coupez l'avocat en tranches



10

Avec les légumes, vous pouvez remplir les feuilles de riz



11

Posez du papier cuisson sur le plan de travail et badigeonnez-le d'un peu d'huile. De cette façon, les feuilles de riz ne collent pas.



12

Placez la feuille de riz dans un bol d'eau chaude pendant quelques secondes.



13

Sortez la feuille de riz avec précaution. Il peut se déchirer rapidement. Mettez-le sur le papier sulfurisé.



14

Mettez des nouilles de riz sous le papier de riz



15

Ajoutez maintenant les légumes

16



Maintenant, pliez les côtés du papier de riz

17



Fermez la partie courte et enrroulez bien tout

18



Mettez le rouleau de côté. Vous pouvez maintenant faire plus de rouleaux

19



Maintenant, nous faisons le plongeon. Mettez 3 cuillères à soupe de crème

20



Ajoutez 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique

21



Ajoutez 2 cuillères à soupe de sauce soja

22



Ajoutez 2 cc de sauce piquante

23



Ajoutez 4 cs de lait de coco

24



Maintenant, mélangez bien tout



**Nous vous souhaitons
un bon appétit !**

