

Rouleaux de printemps aux crudités et graines germées - Sauce asiatique végétale maison



<http://www.lesrecettesdejuliette.fr>

Ingrédients, pour 8 rouleaux

- 8 feuilles de riz
- 125 g de vermicelle de riz
- 8 feuilles de salade verte
- 1 belle poignée de graines germées au choix
 - 1 carotte
- 50 g de chou rouge facto-fermenté
 - 1 belle échalote
- 1 c. à s. de graines de courge
- Sel Herbamare
- *Facultatif* : cacahuètes non salées non grillées

La sauce : Mélangez 2 c. à s. d'huile de sésame torréfié avec 1 gousse d'ail émincée, 1 cm de gingembre frais émincé, 4 c. à s. de sauce soja ou tamarin, 2 c. à s. de vinaigre de riz et 2 c. à s. d'eau.

La recette de Juliette

1. Lavez et coupez la carotte en très fines lamelles (à l'aide d'une mandoline par exemple). Émincez l'échalote.
2. Lavez les feuilles de salade.
3. Plongez le vermicelle de riz dans une casserole d'eau tiède, hors du feu. Couvrez et laissez ainsi pendant 4 minutes. Égouttez et réservez.
4. **Le roulage** : Plongez quelques secondes une feuille de riz dans une casserole d'eau tiède. Posez-la sur un torchon sec. Déposez, sur l'un des bords, une feuille de salade, un peu de vermicelle, des bâtonnets de carotte, 1 c. à c. de chou rouge facto-fermenté et une belle pincée de graines germées. Saupoudrez d'une pincée de sel, de graines de courge, d'échalote et, éventuellement, de cacahuètes concassées. Roulez la galette sur elle-même une première fois et rabattez les côtés vers l'intérieur du rouleau. Roulez de nouveau pour le fermer. Renouvelez l'opération 7 fois et dégustez bien frais, accompagné de la sauce.