

# Les rouleaux de printemps !



**4** pour personnes



**35'** préparation

**Niveau MOYEN**

## Ingrédients

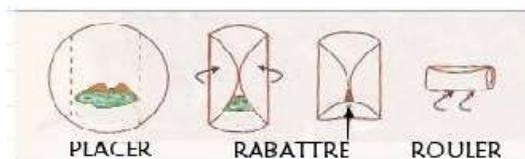
- 8 feuilles de riz
- 150 g de chou cabu ou chou rouge
- 300 g de carotte
- 1 pomme
- 100 g de betterave
- 10 à 15 feuilles de menthe
- 10 feuilles de basilic
- ½ citron
- de l'huile d'olive

Pour la sauce :

- 2 c à s d'huile de sésame
- 3 c à s de sauce soja



- 1** Dans un saladier, râper le chou, les carottes et les betteraves, les mélanger avec 2 c à c d'huile d'olive, et le jus du citron. Réserver.
- 2** Eplucher et râper la pomme. Réserver.
- 3** Laver et réserver les feuilles de menthe et de basilic.
- 4** Une fois que vous avez tous vos ingrédients devant vous, préparez un grand saladier d'eau chaude.
- 5** Pour faire votre rouleaux de printemps : tremper une feuille de riz dans l'eau et l'étaler sur un torchon sur un plan de travail. Mettre tous les ingrédients en petite dose au centre et en longueur sur la feuille de riz.



- 6** Mettre les rouleaux prêts au frais jusqu'à consommation.



- 7** Les rouleaux peuvent être accompagnés d'une salade verte. Bonne dégustation !