

# ROULEAUX DE PRINTEMPS ET JEUNES POUSSÉS

Pour 4 personnes / 20 min de préparation

## Ingrédients

2 carottes

1 petite courgette

1 petit fenouil

1 petit concombre

8 radis roses

8 feuilles de riz pour

rouleaux de printemps

½ bouquet de coriandre

100 g de jeunes pousses

mélangées

1 cuil. à soupe de graines

de courge

1 cuil. à soupe de graines

germées

## Pour la sauce

1 bâton de citronnelle

1 cuil. à café de sauce soja

1 cuil. à café d'huile

de sésame

1 cuil. à café de jus

de citron vert

1. Préparez la sauce. Hachez la citronnelle. Mélangez les ingrédients de la sauce avec 3 cuil. à soupe d'eau, ajoutez la citronnelle, remuez et laissez reposer.

2. Épluchez les légumes, rincez-les si nécessaire et coupez-les en fine julienne. Faites tremper une première feuille de riz dans un plat rempli d'eau chaude, posez-la sur une surface propre et lisse, puis déposez la garniture de légumes et des feuilles de coriandre sur un côté. Roulez la feuille de riz sur elle-même en rabattant les côtés pour que la garniture ne s'échappe pas. Procédez ainsi jusqu'à l'épuisement des feuilles de riz et de la garniture. Lavez et essorez les jeunes pousses.

3. Répartissez dans les assiettes les jeunes pousses et les rouleaux de printemps coupés en deux, parsemez de graines de courge et de graines germées. Servez avec la sauce filtrée.

) noix.

(+ +)