



Collations

Entrées

Rouleaux de printemps au thon

Pour 4 personnes.

Ingrédients

3 carottes (en lamelles)
2 poivrons (petits, en lamelles)
300 grammes d' épinards
1 oignon rouge (en lamelles)
250 grammes de thon au naturel
12 feuilles de riz (feuilles rondes)
4 cuillères à soupe de sauce chili (rouge)
1/2 poignée coriandre
1 cuillère à soupe de jus de citron
2 cuillères à soupe de vinaigre de riz
3 cuillères à soupe de huile végétale
chili en poudre
1/2 cuillère à café chili rouge (haché)
3 cuillères à soupe de mayonnaise (Japonaise)
1 cuillère à café de wasabi
poivre
sel

Méthode de préparation

Lavez l'épinard, séchez-le et enlevez les grosses tiges. Égouttez le thon puis déchiquetez-le en petits morceaux. Blanchissez les lamelles de carotte et de poivron 2-3 minutes dans de l'eau salée, refroidissez-les et égouttez. Blanchissez l'épinard, refroidissez-le et égouttez.

Plongez un peu les feuilles de papier de riz dans de l'eau froide. Faites-les égoutter sur un essuie-mains humide. Couvrez chaque feuille avec de l'épinard, du thon et des lamelles de carotte, du poivron et de l'oignon. Salez et poivrez. Faites un trait de sauce chili par-dessus, repliez les côtés vers l'intérieur et roulez la petite feuille de papier de riz sur la farce en la compactant.

Hachez finement les feuilles de coriandre. Faites une sauce dip avec la sauce soja, le jus de citron, le vinaigre et l'huile puis assaisonnez avec le poivre, les épices et le chili. Mélangez la mayonnaise avec le wasabi puis salez et poivrez. Coupez les rouleaux en deux et disposez-les sur les assiettes. Placez chaque fois à côté deux rosettes de mayonnaise au wasabi, saupoudrez de poudre de chili et servez avec la sauce dip séparément.

