



Rouleaux de janvier

Pour deux personnes

- 4 galettes de riz
- 150 g de carottes râpées (des classiques, des jaunes, des rouges etc)
- 1 radis rose long
- 3 feuilles de laitue
- 1 pomme rouge
- 1 oignon frais
- 1 poivron orange
- 1 filet d'huile d'olive
- 1 assortiment de graines germées (fenouil, moutarde, alfalfa)

Pour la sauce :

- 1 filet d'huile de pistache
- 1 jus de citron vert
- 1 cuillerée à soupe de vinaigre de riz

Emincez finement les feuilles de laitue, la pomme rouge, l'oignon frais. Faites de même avec le poivron et faites-le confire sans coloration quelques minutes dans une poêle avec l'huile d'olive. Emincez le radis rose long en fins filaments ;

Dans un saladier, mélangez tous ces ingrédients avec les carottes râpées, les deux tiers des graines germées, du sel et du poivre. Mouillez un linge, déposez une galette de riz et humidifiez-la légèrement. Quand elle est bien ramollie, déposez un peu de farce au centre et roulez le tout en un gros cigare. Pratiquez de la même façon pour confectionner les trois autres rouleaux.

Déposez le reste des graines germées sur les rouleaux et servez-les avec une sauce concoctée en mélangeant l'huile de pistache, le jus de citron vert, le vinaigre de riz, du sel et du poivre.