



LA BELLE VIE

**Tous les ingrédients pour passer
derrière les fourneaux**

Rouleaux de printemps Jambon sec, figue & noix

 Pour 2 personnes Très facile 35 min**4.35€ La portion** (prix indicatif)

Prenons une recette tendance asiatique avec des produits qui ne le sont pas : jambon cru, figues et noix. Ça donne un rouleau de printemps à la fois original et très bon.

Les ingrédients

- **6 pièce** de Galette de riz (pour nem, rouleaux de printemps)
- **80 g** de Jambon cru
- **20 g** de Cerneaux de noix
- **60 g** de Roquette
- **2 c à s** de Crème balsamique
- **40 g** de Graines germées mélange

Étapes de préparation

**Préparation : 30 min****Cuisson : 5 min****Attente : 0 min**

La garniture

- 1 Coupez 6-10 (selon leurs tailles) figues sèches en dés.
- 2 Chauffez une poêle à feu moyen sans ajouter de matière grasse. Ajoutez une dizaine de noix et dorez-les quelques minutes à feu doux en remuant la poêle de temps en temps (l'odeur de noix doit commencer à se sentir).
Vous pouvez aussi les torréfier au micro-onde en les chauffant 30 secondes par 30 secondes.
Hachez-les grossièrement.

Le montage

Préparez tous vos ingrédients à portée de main.

Huilez très légèrement un plat large ou un plateau pour y déposer les rouleaux.

Humidifiez un linge propre et placez-le devant vous sur votre plan de travail. Pensez à l'humidifier à nouveau s'il sèche pendant que vous confectionnez les rouleaux.

Sortez votre film alimentaire du placard. C'est parti !

- 3** Préparez un plat assez large pour pouvoir y tremper les feuilles de riz. Versez un fond d'eau froide dedans. Trempez rapidement la feuille de riz, une seconde par face pour simplement les humidifier. Placez-la sur le linge humide, la face rugueuse vers vous. La feuille de riz va paraître dure, mais elle va ramollir pendant que vous garnissez le rouleau.
- 4** Déposez dessus des morceaux de jambon sec, grossièrement déchirés à la main puis la roquette (pas trop pour éviter de cacher le goût des autres ingrédients). Assaisonnez avec de la crème de balsamique. Ajoutez des figues sèches, des noix et des graines germées (alfafa, lentille, betterave, etc.)
- 5** Commencez à rouler. Au choix :
Repliez d'abord les bords gauche et droit sur la garniture. Repliez le bord inférieur dessus et roulez en serrant. Cette méthode burrito permet d'emprisonner facilement la garniture et éviter qu'elle ne s'échappe sur les côtés si vous n'êtes pas très à l'aise dans le processus ;)
Sinon, repliez d'abord le bord inférieur, donnez un tour, pliez dessus les bords gauche et droit, et continuez à rouler jusqu'au bout en serrant.
- 6** Placez sur un plat légèrement huilé et couvrez de film plastique pour éviter que les rouleaux sèchent pendant que vous façonnez les autres. Évitez qu'ils ne se touchent dans le plat, ou bien mettez du film entre chaque pour éviter qu'ils se collent entre eux. Mangez les rouleaux au maximum dans les trois heures et ne les mettez pas au frais sinon ils risquent de durcir.