



Entrées froides aux produits de la mer

Rouleaux de printemps au saumon et aux pommes



30 min 30 min

TEMPS TOTAL PRÉPARATION

0

CUISSON

0

REPOS

176

CALORIES

Ingrédients
pour 4 personnes

4 tranche(s) **Saumon fumé**
2 **Pomme(s)**
8 **Feuille(s) de riz**
100 g **Mesclun**
1 botte(s) **Menthe fraîche**
30 g **Graine(s) germée(s)**

Étape 1

Préparation des ingrédients

- 1 Laver et sécher les feuilles de menthe, préparer les feuilles de salade.
- 2 Rincer les pommes et les couper en deux, les évider et les couper en quartiers d'1/2 cm d'épaisseur.

Étape 2

Confection des rouleaux

- 1 Tremper une feuille de riz dans une assiette d'eau froide jusqu'à ce qu'elle ramolisse puis la poser sur un torchon.
- 2 La garnir avec quelques feuilles de salade, une petite tranche de saumon, quelques feuilles de menthe, des graines germées et quelques quartiers de pommes.
- 3 Rouler la feuille de riz en rabattant les bords et réserver sur une assiette.
- 4 Procéder ainsi avec toutes les feuilles de riz.
- 5 Servir très frais avec éventuellement de la sauce pour rouleaux de printemps.