

LA LUNCHBOX ESTIVALE

Avec ces rouleaux de printemps dans ta lunchbox, le soleil sera toujours au rendez-vous ! Il y a tout ce qu'il faut dans cette recette pour faire le plein d'énergie pendant ta pause snacking. Et avec le bonus mayo THOMY à l'huile d'amande, tu garderas le sourire pour le reste de la journée. Keep on rollin'!

Ingédients

- Vermicelles
- 1 morceau de concombre
- 2 carottes
- 1 radis
- 1 demi-salade romaine
- 1 demi-chou rouge
- 2 cuillères à soupe de sauce chili sucrée
- 2 cuillères à soupe d'huile de sésame
- Jus d'un demi-citron vert
- 12 feuilles de papier de riz
- Coriandre
- Mayo THOMY à huile d'amande
- Graines de grenade
- Sésame noir

C'est parti

1. Placer les vermicelles dans un grand saladier et verser de l'eau bouillante par-dessus, laisser reposer quelques minutes, retirer l'eau et bien égoutter les vermicelles.
2. Couper les légumes en bâtonnets et en rondelles. Effeuillez la coriandre.
3. Mélanger la sauce chili sucrée avec l'huile de sésame et le jus de citron vert et verser sur les légumes.
4. Tremper les feuilles de riz dans l'eau pendant environ trois secondes et couvrir le tiers inférieur de bâtonnets de légumes, de vermicelles coupés en petits morceaux et de coriandre, au choix.
5. Replier les bords des feuilles de riz vers le milieu, les rouler vers l'avant et les ranger dans la boîte à lunch. Garnir de graines de sésame et de grenade.
6. Tremper les rouleaux dans la mayo THOMY à l'huile d'amande et savourer.



15 minutes



2 personnes

Tes rouleaux de printemps sont un véritable succès et tu débordes de joie? Alors partage-la avec nous et montre-nous tes talents raffinés sur Facebook ou Instagram (hashtag #LOVEthomy).

