



Rouleaux asiatiques au poireau

Ingrédients pour 4 personnes

Les rouleaux :

- 2 poireaux
- 8 grandes galettes de riz rondes (22 cm)
- 4 blancs de poulet fermier
- 4 càs de sauce soja
- 4 càc d'huile de sésame toasté
- 2 càs de graines de sésame
- 1 bouquet de menthe

La sauce :

- 5 càs de mirin
- 5 càs de sauce soja
- 4 càs de sake
- 10 gr de sucre
- 1 càs d'huile de sésame

Préparation

1. Coupez les poireaux pour ne garder que la partie blanche. Taillez-les en quatre dans la longueur et rincez bien à l'eau froide. Coupez des lanières de 10 cm de long.
2. Cuisez légèrement les poireaux à la vapeur. Réservez.
3. Émincez les blancs de poulet, et colorez-les à la poêle ou sur un grill. Réservez.
4. Mélangez la sauce soja et l'huile de sésame. Ajoutez les graines de sésame, et enrobez le poulet de cette sauce.
5. Plongez les galettes de riz dans l'eau comme indiqué sur l'emballage, puis bien essorez-les (attention c'est fragile !).
6. Sur une feuille de riz, disposez le poireau, le poulet mariné et la menthe ciselée. Roulez la feuille pour former un boudin. Scellez avec de l'eau. Réservez au frais.

7. Mélangez le mirin, la sauce soja, le sel, le saké, et le sucre.
8. Mettez dans une casserole et portez à ébullition, puis baissez le feu et laissez mijoter 5 min.
9. Laissez refroidir et ensuite dégustez les rouleaux trempés dans cette sauce.