

Zöldséges rizses tavaszi tekercs spenóttal



4 személyre

100 g rizs	1/2 csokor koriander
1 közepes méretű sárgarépa	2 tojás
1 kis vöröshagyma	1/2 chili
Frissen őrölt bors	8 dupla méretű tésztalap
1 csemegepaprika	tavaszi tekercshez
(bármilyen színű)	2 ek tejszín
1 mogoróhagyma felkarikázva	1 csomag fagyaszott
1 kis csokor snidling	spenót



Főétel

Zöldséges rizs...

Főzze a rizst bő vízben, amíg el nem készül. Hámozza meg a sárgarépát, és vágja kis kockákra; tegye ugyanezt a hagymával és a csemegepaprikával. Karikázza fel a mogoróhagymát. Puhítsa meg a zöldségeket bő forró vízben, és adjon nekik jeges fürdőt, amikor kész. Finomra aprítsa fel a snidlinget és a koriandert. Tegye rizst, a zöldségeket és a zöldfűszereket egy tálba, és keverje össze alaposan. Válassza szét a tojások fehérjét és sárgáját, és adja ez utóbbit a zöldséges keverékhez. Tegye félre a fehérjéket későbbi használatra. Fűszerezze őrölt chilivel és borssal ízlés szerint.

Tavaszi tekercsek...

A tavaszi tekercsek "csomagoló" tésztája készen beszerezhető a nagyobb áruházakban és az ázsiai élelmiszerboltokban. Csomagoljon ki és helyezzen két tésztadarabot egymásra a megtöltéshez. Amikor egymásra helyezte az összes tésztadarabot párosával egymás mellett, kanalazzon egyforma mennyiségű rizses-zöldséges töltelékkel mindegyik tésztarakásra. Kenje meg tojásfehérjével a tészta minden szélét, hajtza be a végeit, és tekerje fel mindegyik tésztarakást szorosan, hogy kialakítsa a tavaszi tekercset. Fedjen le egy sütőlapot pergamenpapírral, és rendezze el a tavaszi tekercset rajta. Kenje meg mindegyik tekercset egy kis tejszínnel. Süsse a sütőben 200 °C-on 15-20 percig, amíg halvány aranybarna nem lesz. Vegye ki a tavaszi tekercset a sütőből, vágja el átlósan, és helyezze a spenótra, amelyet kiolvastott, és folyadék hozzáadása nélkül elkészített.

