



LA BELLE VIE

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

## Rouleaux de printemps Poulet & sauce BBQ

Pour 4 personnes

Très facile

50 min

4.06€ La portion (prix indicatif)



Aujourd'hui, c'est vous qui allez rouler les rouleaux de printemps. Ici, une recette avec comme ingrédient star le poulet et la sauce BBQ.

### Les ingrédients

- **12 pièce** de Galette de riz (pour nem, rouleaux de printemps)
- **150 g** de Vermicelle de riz
- **300 g** de Emincé de poulet nature
- **5 c à s** de Sauce barbecue
- **0.25 pièce** de Chou blanc
- **0.25 pièce** de Chou rouge
- **0.5 pièce** de Oignon rouge
- **0.5 bouquet** de Coriandre fraîche
- **6 feuille** de Salade Batavia

### Étapes de préparation

**Préparation** : 45 min**Cuisson** : 5 min**Attente** : 0 min

### Les ingrédients

- 1** Portez à ébullition un grand volume d'eau dans une casserole. Faites cuire 150 g de vermicelles de riz 5 minutes. Rincez-les à l'eau froide puis égouttez au maximum. Mélangez avec un filet d'huile neutre pour éviter qu'ils ne collent.
- 2** Pendant que les vermicelles de riz cuisent, enlevez les feuilles extérieures ¼ d'un gros chou

blanc ou rouge. Coupez les choux en fines lamelles à l'aide d'une mandoline ou à défaut d'un épluche-légumes.

Mettez de côté.

- 3 Ciselez finement ½ oignon rouge.
- 4 Prélevez une quarantaine de feuilles de coriandre.
- 5 Lavez et séchez les feuilles de salade. Préparez douze feuilles d'environ 10x15 cm, en privilégiant les parties vertes pour éviter la tige dure.

## 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 !

- 6 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.
- 7 Divisez visuellement la feuille de riz en 3. Garnissez sur le tiers inférieur/centre.  
Pour avoir un beau visuel, commencez par placer des émincés de poulet en une ligne (parallèle à vous).  
Laissez une bande vide d'environ 5 cm puis placez des feuilles de coriandre, parallèlement au poulet.
- 8 Au centre des deux, mettez une feuille de salade. Assaisonnez de sauce barbecue. Ajoutez dessus des vermicelles de riz (pas trop sinon vous ne sentirez plus les autres ingrédients), plus de la coriandre, des oignons rouges et du chou.
- 9 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.
- 10 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.