

# Makis et rouleaux de printemps aux Pruneaux d'Agen

— Recette créée par Mlle Prune —



## Les ingrédients

### Pour 10-12 makis :

- 160 g de riz à sushi
- 250 ml d'eau
- 1 c. à s. de vinaigre de riz
- 1/2 avocat
- **2 Pruneaux d'Agen**
- 1/2 carotte
- 2 feuilles d'algues nori séchées

### Pour 4 rouleaux de printemps :

- 4 feuilles de riz
- 50 g de vermicelles de riz
- 1 carotte
- 1/2 concombre
- des feuilles de menthe fraîche
- **4 Pruneaux d'Agen**
- salade verte

### Pour la salade de chou :

- 1/4 de chou blanc
- 2 c. à s. d'huile de tournesol
- 1 c. à s. de vinaigre de riz
- 1 c. à s. de sauce soja
- 2 c. à s. de sirop d'érable
- graines de sésame

### Pour la sauce :

- 1 c. à s. de beurre de cacahuètes
- **1 Pruneau d'Agen finement coupé** de la coriandre fraîche finement taillée
- de l'eau

## La préparation

1. Faites cuire le riz à sushi en premier pour qu'il ai le temps de refroidir complètement. Dans une casserole, versez 160 g de riz et 250 ml d'eau. Portez à ébullition puis laissez à feu doux le temps que le riz absorbe toute l'eau. (20 min environ). Hors du feu, ajoutez le vinaigre de riz. Réservez jusqu'à complet refroidissement.
2. Faites la sauce. Mélangez tous les ingrédients ensemble en ajoutant l'eau petit à petit jusqu'à obtenir une sauce onctueuse. Réservez au frais.
3. Faites la salade de chou. Lavez puis coupez le chou en fines lamelles. Versez-le dans un saladier et ajoutez le reste des ingrédients (sauf les graines de sésame que vous ajouterez au dernier moment pour garder du croquant). Bien mélangez et réservez au frais.
4. Faites cuire les vermicelles de riz en les plongeant dans de l'eau bouillante pendant 4 min, puis passez-les sous l'eau froide et égouttez-les complètement. Réservez.
5. Découpez tous les légumes. Carottes et concombres en bâtonnets. Les pruneaux sont taillés en lamelles pour les makis et sont juste coupés en deux pour les rouleaux de printemps.
6. Formez vos rouleaux de printemps. Plongez une feuille de riz dans de l'eau chaude puis placez-la sur un torchon propre. Déposez vos ingrédients : salade verte, vermicelles, feuilles de menthe, carottes, concombres et pruneaux. Enroulez le tout bien fermement. Renouvelez cette étape jusqu'à épuisement des ingrédients.
7. Faites vos makis. Sur une natte en bambou prévue à cet effet, déposez la feuille d'algue, recouvrez de riz gluant en laissant de la place en haut et en bas de la feuille. Au plus bas, ajoutez vos ingrédients : avocat coupé en lamelles, carottes en bâtonnets et pruneaux coupés en deux et légèrement aplatis. Roulez votre makis et découpez en fin tronçons. Renouvelez jusqu'à épuisement des ingrédients.
8. Servez bien frais en trempant les rouleaux de printemps et les makis dans la sauce.