

*Rouleaux de printemps
habillés de laitue Brune percheronne*





www.tresorsvivantsducentre.com



Cette opération est cofinancée par l'Union européenne. L'Europe investit dans les zones rurales.



Rouleaux de printemps à la laitue Brune percheronne

- Une belle laitue Brune percheronne
- 250 g d'épaule d'agneau (des points bonus si c'est du berrichon de l'Indre ou du solognot!)
- Huile d'olive
- Épices au choix : cumin, coriandre, citron, gingembre, piment...
- 4 carottes
- 1 gousse d'ail
- ¼ d'un petit chou rouge
- Vinaigre de riz
- 125 g de vermicelles de riz
- Galettes de riz
- Menthe fraîche
- Sauce soja



Préparez la laitue, et gardez les plus grandes et belles feuilles pour cette recette. Dégustez les plus petites feuilles en salade. Découpez l'agneau en petits dés (1 cm de côté environ) et ajoutez un peu d'huile d'olive et les épices de votre choix (cumin, coriandre, zestes de citron...). Laissez mariner environ 30 mn.

Pendant ce temps, préparez les carottes : lavez-les, et détaillez-les en bâtonnets de 4 cm de long environ. Disposez-les dans un grand plat (ils ne doivent pas se toucher) et ajoutez un peu d'huile d'olive, 1 c. café de cumin, la gousse d'ail écrasée et un peu de piment (selon votre goût). Enfouissez dans un four à 190°C pour environ 25 mn : les carottes doivent être brunies.

Faites griller l'agneau mariné dans une poêle bien chaude pendant quelques instants, jusqu'à ce que la viande soit dorée. Émincez très finement le chou rouge. Ajoutez une c. soupe d'huile d'olive, 2 c. soupe de vinaigre de riz et du sel ; laissez mariner. Préparez les vermicelles de riz comme indiqué sur le paquet.

Réalisez les rouleaux de printemps : laissez une feuille de riz ramollir quelques instants dans l'eau chaude, puis disposez-la sur une assiette. Ajoutez des vermicelles de riz, de l'agneau, des carottes et du chou rouge, ainsi que des feuilles de menthe. Repliez les bords, puis roulez la feuille pour fermer le rouleau.

Entourez le tout d'une belle feuille de laitue brune percheronne, et dégustez avec de la sauce soja.