

Na ostro: Warzywne spring rollsy z pikantnym guacamole



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

papier ryżowy	1 opakowanie
awokado	2 szt.
papryka czerwona	1 szt.
papryka żółta	1 szt.
ogórek	1 szt.
roszponka	100 g
seler naciowy	2 łodygi
sok z cytryny	
limonka	1/2 szt.
Czosnek suszony Prymat	2 łyżeczki
kolendra	
miód wielokwiatowy	2 łyżki
sos sojowy	100 ml
sezam	20 g
Chili pieprz cayenne mielone Prymat	
Sól morską jodowaną drobnoziarnistą Prymat	
Pieprz czarny mielony Prymat	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Przygotować wszystkie składniki.
- KROK 2 Przygotować farsz: awokado obrać, pokroić na paski, skropić sokiem z cytryny. Papryki pokroić na cienkie paseczki, ogórka obrać, wykroić pestki i pociąć na słupki. Selera naciowego pokroić na plasterki. Warzywa przełożyć do miseczki, dodać kolendrę, odrobinę miodu i sosu sojowego, zostawić na 30 minut.
- KROK 3 Papier ryżowy zanurzyć na ok. 1 minutę w ciepłej wodzie. Rozłożyć placki i na każdy nakładać warzywa z miseczki, posypując na końcu prażonymi pestkami sezamu. Gotowe zawijać jak krokiety - dolny brzeg zawinąć aż przykryje nadzienie, następnie boki ciasta do środka, a w ostatniej kolejności dolny brzeg rolujemy dalej do samego końca.
- KROK 4 Przygotować guacamole: awokado obrać, wyjąć pestkę, rozgnieść z czosnkiem i sokiem z limonki. Doprawić do smaku solą, pieprzem i chili.
- KROK 5 Gotowe spring rollsy podawać z pikantnym guacamole.