



Cuisiner sans gluten avec Cristynn de ma maison à la vôtre



EGG ROLL

CATÉGORIE

Porc

QTÉ DE PERSONNES

20-24 egg roll

TEMPS PRÉPARATION

1h45 minutes

TEMPS DE CUISSON

1 min chaque côté

TOTAL

2:30 heures

Niveau de difficulté : MOYEN et un soupçon de patience

INGRÉDIENTS :

Garniture

225 g ($\frac{1}{2}$ lb) de porc haché maigre

750 ml (3 tasses) de chou vert, émincé finement (environ $\frac{1}{4}$ de chou)

1 gros oignon, émincé finement

2 carottes, pelées et râpées

45 ml (3 c. à soupe) d'huile de canola ou tournesol

$\frac{1}{4}$ tasse de sauce au poisson (Thai kitchen)*

1 c. à thé de sambal oelek

2 tasses de vermicelles de riz concassés et cuits (J'ai fait cuire 1 boule de vermicelle Haiku)

Source : Ricardo

Pâte

2 tasses 4 cuil à soupe de farine SG (La Merveilleuse)

2 oeufs + 2 blancs d'oeuf

1/2 c. Thé sel

4 c. Table d'eau froide

Source : Gluten Free & more

Sauce pour Egg Roll

2 cuil à table de sauce à poisson Thai kitchen

2 cuil à thé de sucre

1 cuil à table de vinaigre de riz

1/4 de tasse d'eau

1 cuil à thé de sambal oelek

Source : Ricardo

METHODE PAGE SUIVANTE

CONSEIL SÉCURITÉ ALIMENTAIRE

*attention à la sauce de poisson car il y en a qui ont du blé

Bon
Appétit

MÉTHODE GARNITURE

- Étape 1 : Dans une grande poêle antiadhésive, faire revenir la viande et les légumes dans l'huile de 8 à 10 minutes
Étape 2 : Ajouter la sauce au poisson, le sambal oelek et laisser réduire jusqu'à ce que la sauce soit presque à sec.
Étape 3 : Retirer du feu et ajouter les vermicelles. Bien mélanger et poivrer.
Étape 4 : Transvider dans un bol et laisser tiédir. Réfrigérer jusqu'à ce que la préparation soit tempérée.

MÉTHODE :

- Étape 1 : Mélanger farine et sel
Étape 2 : Dans un autre bol mélanger l'oeuf et l'eau, versez lentement sur la farine en mélangeant avec une fourchette
Étape 3 : Pétrir. Il faut que la pâte puisse faire une boule donc si elle est encore sec, mouillez-vous les doigts faites attention de ne pas mettre trop d'eau pour ne pas débalancer la pâte.
Étape 4 : Prendre 1/7 de la boule pour abaisser vous ferez 3 carrés*
Étape 4: Abaisser la pâte en la faisant très mince. Je la fais entre 2 papiers cirés en prenant soin de décoller chaque côté quelques fois. Vers la fin j'avais uniquement un papier ciré comme j'ai du granite et sa colle.
Étape 5 : Couper des carrés de 3 1/2" mettre la garniture et rouler
Étape 6 : Pour bien coller le egg roll j'ai utiliser le jaune d'œuf en badigeonnant le rebord
Étape 7 : Frirer dans l'huile canola une minute pour chacun des 2 côtés.

*Note importante : recouvrez votre pâte d'un linge humide car elle sèche rapidement

Sauce pour egg roll

Mélanger tous les ingrédients jusqu'à ce que le sucre soit dissout et servir

*Bon
Appétit*

