

Groenterolletjes met pittige dip

Met dit oosterse gerechtje schotel je je gasten een gezonde en vitaminerijke hap boordevol verse groentjes voor. Je kan de groenterolletjes serveren bij het aperitief, als origineel voorgerechtje of als lichte lunch.



Ingrediënten

- 12 vellen rijstpapier (spring roll wrappers)
- 1/2 rode paprika
- 1/2 komkommer
- 1 wortel
- 100g enokichampignons of Parijse champignons
- 1 pakje sojascheuten
- verse koriander
- verse munt

Bereiding

Voor een fijn en culinair resultaat is het belangrijk om alle groenten zorgvuldig in fijne lange reepjes te snijden. Dat vraagt een beetje extra moeite, maar het levert een schitterend resultaat op.

Week de velletjes rijstpapier even in koud water. Zodra ze wak genoeg zijn, dep je ze even af op een propere handdoek.

Leg een vel rijstpapier op het werkvlak en schik een gevarieerd boeketje van alle fijngesneden groenten in het midden. Werk het pakketje groenten af met enkele blaadjes koriander en munt.

Nu kan je gesloten rolletjes maken gevuld met de groenten.

Vouw eerst de boven- en onderkant van het vel rijstpapier over de vulling. Plooi vervolgens de linker- en rechterkant over het pakketje groenten en kruiden, tot je een mooi gesloten rolletje krijgt. Trek het vel rijstpapier tijdens het inpakken goed strak, zodat je een stevig rolletje krijgt. Snij elk gesloten pakketje met een scherp mes middendoor.

Serveer de verse groenterolletjes uit het vuistje met een schaaltje loempiasaus van Suprima erbij.