



## Repas exotique

# Repas exotique

## Rouleaux de printemps

Recette pour 2 personnes



### Ingrédients

---

80 g de pomme de terre

---

60 g de carotte

---

20 g de poireau

---

2 g de gingembre

---

2 g d'ail

### Sauce à rouleau de printemps

---

10 g de carotte râpée

---

5 g de nuoc mam (1 c.c)

---

5 ml d'eau (1 c.c)

---

5 ml de jus de citron vert (1 c.c)

---

4 feuilles de riz à rouleaux de printemps

---

### Réalisation

- Couper tous les légumes en julienne
- Hacher l'ail et le gingembre
- Faire suer le tout dans un peu d'huile chaude
- Tremper la galette de riz
- Façonner le rouleau de printemps
- Frir le rouleau de printemps

### Sauce :

- Mélanger tous les ingrédients

# Repas exotique

## Nouilles curry jaune

Recette pour 2 personnes



### Ingrédients

---

5 g de curry jaune (1 c.c)

---

2 g de citronnelle

---

2 g de gingembre

---

100 ml de lait de coco

---

2 feuilles de lime

---

20 g de poivron rouge

---

5 g d'oignon

---

60 g de courgette

---

40 g de pak choy

---

20 g de cacahuètes

---

140 g de cuisse de poulet désossée et émincée

---

100 g de nouilles de riz (type tagliatelle)

---

### Réalisation

- Faire revenir dans l'huile la pâte de curry
- Ajouter la citronnelle, le gingembre haché, la feuille de lime
- Déglacer avec le lait de coco
- À ébullition, ajouter le poulet, les oignons, les courgettes et le poivron
- Juste avant de servir, ajouter le pak choy

# Repas exotique

## Esquimau de saison

Recette pour 2 personnes



### Ingrédients

---

150 g de fruit exotique (de saison et qui a du goût)

---

30 g de sucre

---

30 ml d'eau

---

5 g de basilic thai

---

### Réalisation

- Faire un sirop avec l'eau et le basilic thai
- Mixer les fruits à l'aide d'un petit mixer
- Ajouter le sirop infusé
- Remplir les moules à glace (esquimau)
- Congeler