



VÉGÉTARIEN



12 NEMS



1H30

NEMS VÉGAN DE MAMIE TUY

INGRÉDIENTS

Farce vegan :

- 250g de champignons en duxelles
- 2 carottes
- 2 courgettes
- 1 oignon blanc
- 1 gousse d'ail dégermée
- 100g de cheveux d'ange à tremper
- 12 galettes de riz
- Sel, poivre

Sauce :

- Mélanger 1cs de sauce soja ou nunc-mam
- 1cc de vinaigre de riz
- 1cc de gingembre

ÉTAPES

1. Hachez oignons, carottes, courgettes, ail et cheveux d'ange.
2. Mélangez avec la duxelle de champignon.
3. Filmez et réservez au frais pendant 20mn au frais.
4. Préchauffez la four à 200°.
5. Trempez les galettes de riz une par une dans une eau tiède et posez sur un plan propre.
6. Déposez la farce en mode quenelle sur une galette et roulez.
7. Sur une plaque préalablement préparée avec une feuille d'aluminium et du du papier sulfurisé posez les rouleaux enrobés d'huile d'arachide au pinceau.
8. Enfournez pour 20mn en prenant soin de les tourner.
9. Degustez-les chauds ou tièdes .

LA PETITE HISTOIRE DE MAMIE TUY

Les nems vegan sont destinés principalement pour les moines bouddhistes des temples de Hue, ville Impériale et ville de ma mère.



LA CAPÉCHADE
FOODLAB DU BASSIN DE THAU