KIKKOMAN

Rouleaux d'été aux fruits

durée totale **30 min.** **10 min.** temps de préparation **20 min.** temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):
1.842 kJ / 440 kcal

Matières grasses: **20 g** Protéines: **6 g**
Glucides: **58 g**

INGRÉDIENTS

2 portions

Riz à la noix de coco :

150 g	de riz
400 ml	de lait de coco en conserve
100 ml	d'eau
1 càs	de flocons de noix de coco
2 càc	de sucre
1 càc	Tamari sauce soja sans gluten fermentation naturelle Kikkoman

Sauce au chocolat :

100 g	de chocolat noir
3 càs	Tamari sauce soja sans gluten fermentation naturelle Kikkoman
1 càs	Huile de sésame grillé Kikkoman
1 càc	de sucre

Rouleaux :

6	feuilles de papier de riz
1	banane
	Quelques tranches de mangue
4	fraises
	Quelques myrtilles
	Quelques framboises

PRÉPARATION

Étape 1

150 g de riz - **400 ml** de lait de coco en conserve - **100 ml** d'eau - **1 càs** de flocons de noix de coco - **2 càc** de sucre - **1 càc** Tamari sauce soja sans gluten fermentation naturelle Kikkoman
Rincer le riz et le mettre dans une casserole. Verser le lait de coco et l'eau. Ajouter les flocons de noix de coco, le sucre et la sauce soja sans gluten Kikkoman, puis laisser cuire à feu doux pendant 20 minutes.

Étape 2

100 g de chocolat noir - **3 càs** Tamari sauce soja sans gluten fermentation naturelle Kikkoman - **1 càs** Huile de sésame grillé Kikkoman - **1 càc** de sucre
Hacher finement le chocolat et le mettre dans un bol. Ajouter la sauce soja sans gluten Kikkoman, l'huile de sésame Kikkoman et le sucre. Placer le bol au-dessus d'une casserole d'eau chaude et faire fondre le chocolat en remuant constamment jusqu'à obtenir un mélange homogène. Réserver.

Étape 3

6 feuilles de papier de riz - **1** banane - Quelques tranches de mangue - **4** fraises - Quelques myrtilles - Quelques framboises
Tremper les feuilles de papier de riz dans de l'eau tiède, puis les éponger délicatement. Couper la banane, la mangue et les fraises en tranches. Déposer un peu de riz et de fruits au centre de chaque feuille de papier de riz. Pour les deux premières, utiliser des tranches de banane et quelques myrtilles. Pour la suivante, de la banane et des framboises puis terminer avec la mangue et

les fraises.

Étape 4

Servir les rouleaux d'été avec la sauce au chocolat.