

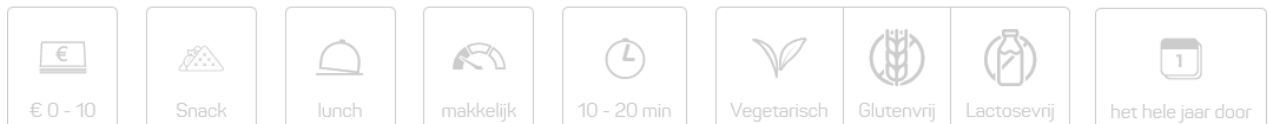
Ingrediënten

Voor de ricerolls:

- 4 eitjes
- 2 el kokosroom
- 2 avocado's
- 4 rijstvellen
- 100 gr kelp noodles, geweekt
- 1 handje rucola
- kokosolie

Voor de dipsaus:

- 3 el cashewpasta
- 1 el sojasaus
- 1 el ahornsiroop
- 1/2 limoen
- 1 snufje chilipoeder
- 2 el koolzaadolie



Bron



EEN RECEPT VAN
Steffi Vertriest

ZOALS GEZIEN IN TV-
PROGRAMMA

**De Gezonde
Goesting**

<https://njam.tv/recepten/rice-rolls>

Recept**Maak de rice rolls:**

Kluts de eitjes samen met de kokosroom. Smelt een lepeltje kokosolie in een pannetje en giet het eiermengsel hier in. Bak er een omeletje van.

Dompel de rijstvellen in lauwwarm water en leg ze op een snijplank. Beleg de velletjes met een stukje omelet, enkele plakjes avocado, enkele kelp noodles, rucola en druppel er wat sojasaus over.

Rol op tot kleine rolletjes en snijd doormidden.

Maak de dipsaus:

Meng alle ingrediënten voor de dipsaus onder elkaar.

SERVEREN:

Server de rice rolls samen met de dipsaus.

Info Martine Lycke 03/07/2018

4 eitjes
2 el light room
Omelet bakken in 1 el kokosolie en laten afkoelen

Rijstvellen weken en op snijplank leggen
+ omelet
+ avocado
+ sojasaus
+ preischeutjes
+ nori velletje
+ blaadje sla
Oprollen

Saus :
3 el cashewnoten mixen (gemist : pindanoten gebruikt)
+ 1 el sojasaus
+ 1 kl ipv ahornsiroop, zusto
+ 2 el ipv koolzaadolie, zonnebloemolie
chilipoeder

Fotos

