

Спринг-роллы с овощами, креветками и арахисовым соусом

Общее время **20 мин** 15 мин Время подготовки 5 мин Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):

1 532 кДж / 366 ккал

Жиры: **18,5 г** Белки: **18 г**

Углеводы: **30 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

4	листа салата латука
0,5	моркови
0,25	жёлтого болгарского перца
1	краснокочанной капусты
150 г	креветок
1 ст. л.	сливочного масла
1	зубчик чеснока
0,25	перца чили
2 ст. л.	<u>соевого соуса натурального брожения Kikkoman</u>
4	листа рисовой бумаги
2 ст. л.	арахисовой пасты
1 ст. л.	<u>масла Kikkoman из поджаренного кунжута</u>
1 ст. л.	сока лайма
1 ст. л.	мёда
4 ст. л.	воды

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

4 листа салата - **0,5** моркови - **0,25** жёлтого болгарского перца - **1** краснокочанной капусты
Нарежьте морковь, перец и капусту крупной соломкой.

Шаг 2

150 г креветок - **1 ст. л.** сливочного масла - **1** зубчик чеснока - **0,25** перца чили - **1 ст. л.** соевого соуса натурального брожения Kikkoman
Вымойте креветки. Растопите масло в сковороде. Добавьте креветки и обжаривайте в течение 1 минуты. Добавьте раздавленный чеснок, рубленый чили и соевый соус Kikkoman. Обжаривайте еще 3-4 минуты и отложите в сторону остывать.

Шаг 3

4 листа рисовой бумаги
Смочите рисовую бумагу в тёплой воде. Затем выложите на неё овощи и начните сворачивать. Перед тем как завернуть полностью, добавьте креветки и сверните в ролл.

Шаг 4

2 ст. л. арахисовой пасты - **1 ст. л.** масла Kikkoman из поджаренного кунжута - **1 ст. л.** соевого соуса натурального брожения Kikkoman - **1 ст. л.** сока лайма - **1 ст. л.** мёда - **4 ст. л.** воды
Смешайте все ингредиенты в миске до однородности.

Подавайте спринг-роллы с арахисовым соусом.