

# Egg Rolls aux légumes

- La meilleure recette facile de Egg Rolls aux légumes!



## Ingrédients :

- 1 cuillère à soupe d'huile végétale
- 2 gousses d'ail émincées
- 1 pouce de gingembre râpé
- 1/2 tasse (125 ml) de champignon cremini coupés
- 2 carottes râpées
- 3 oignons verts coupés finement
- 1 petit chou vert râpé
- 1/4 de tasse (65 ml) de sauce soja
- 1/2 cuillère à soupe de fécule de maïs
- 1 cuillère à thé d'huile de sésame
- 1 paquet de 20 enveloppes à egg rolls
- Vaporisateur d'huile/huile végétale

## Préparation :

1. Dans une grande casserole ou wok, faites chauffer l'huile végétale à feu moyen et faire sauter les oignons verts, l'ail et le gingembre pendant 1 à 2 minutes.
2. Ajoutez les champignons, les carottes et faites sauter quelques minutes. Ajoutez le chou et faites chauffer jusqu'à ce que son volume soit réduit de moitié.
3. Dissoudre la fécule de maïs dans la sauce soja. Ajouter dans la casserole.
4. Ajouter l'huile de sésame et bien mélanger.
5. Retirer du feu. Rectifier la sauce soja et l'huile de sésame à votre goût. Transférez dans un bol et laissez refroidir.

6. Préchauffez le four à 425 °F (220 °C) et tapissez une plaque à cuisson d'une feuille de papier d'aluminium.
7. Commencez à faire les egg rolls, un à la fois.
8. Étendre l'enveloppe sur une surface propre et ajouter 1/4 de tasse (65 ml) du mélange un peu à côté du centre pour se rapprocher d'un des coins. Rouler et bien sceller les deux extrémités avec un peu d'eau.
9. Vaporiser ou badigeonner d'un peu d'huile chaque egg roll.
10. Faire cuire pendant 20 minutes en tournant à la mi-cuisson.

“ *Ça vous tente d'essayer de faire vos propre egg rolls maison? Ceux-ci sont aux légumes et c'est super bon! :)*

Merci d'imprimer ma recette! Passez le message que vous l'avez prise sur ChefCuisto.com :)