

# ROULEAUX DE PRINTEMPS AU PORC

NIVEAU DE DIFFICULTÉ



## VALEURS NUTRITIVES PAR PORTION

441

CALORIES

23 g

PROTÉINES

33 g

GLUCIDES

25 g

MATIÈRES GRASSES

30  
minutes  
PRÉPARATION

5  
minutes  
CUISSON

4 à 6  
PORTIONS

## COUPES

 Filet

## INGRÉDIENTS

1 lb	Filet de porc du Québec	454 g
1 c. à thé	Mélange de cinq-épices chinoises	5 ml
1 c. à table	Huile de canola	15 ml
1 c. à thé	Huile de sésame	5 ml
2	Gousses d'ail entières, non-pelées	2
2 c. à table	Graines de sésame grillées	30 ml
8	Grandes feuilles de riz de 23 cm (9 po) de diamètre	8
3/4 tasse	Poivrons rouges grillés maison ou du commerce, coupés en julienne	180 ml
24	Asperges, parées et blanchies	24
2 tasses	Jeunes pousses de roquette ou de mini-cresson	500 ml
1/3 tasse	Mayonnaise épicée ou mayonnaise hoisin	80 ml
Au goût	Sel et poivre du moulin	Au goût

### MAYONNAISE ÉPICÉE

1/3 tasse	Mayonnaise	80 ml
1 à 2 c. à table	Sriracha	15 à 30 ml
1/2	Jus de 1/2 lime	1/2

### MAYONNAISE HOISIN

1/3 tasse	Mayonnaise	80 ml
1/2	Jus de 1/2 lime	1/2
2 c. à table	Sauce hoisin	30 ml

### SAUCE TREMPETTE

6 c. à table	Sauce de poisson (nuoc-mâm)	90 ml
1/4 tasse	Jus de lime	60 ml
4 c. à thé	Miel	20 ml
2 pincées	Piments forts broyés	2 pincées
2 c. à table	Huile canola	30 ml

## PRÉPARATION

1. Placer la grille au centre du four. Préchauffer le four à 190°C (375°F).
2. Saupoudrer le filet de porc avec le mélange de cinq-épices.
3. Dans une grande poêle allant au four, à feu moyen-élevé, chauffer l'huile de canola et l'huile de sésame et y faire dorer le filet de porc de tous les côtés. Ajouter les gousses d'ail. Poivrer. 4. Cuire au four environ 15 minutes ou jusqu'à ce qu'un thermomètre inséré au

centre du filet indique 60° C (140 °F) pour une cuisson rosée.

Réserver sur une assiette et couvrir de papier d'aluminium. Laisser reposer 10 minutes\*. Trancher finement la viande. Réserver.

4. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients de la sauce et réserver à la température ambiante.
5. Dans un grand bol rempli d'eau chaude, tremper une feuille de riz à la fois pendant quelques secondes ou jusqu'à ce qu'elle s'assouplisse. Retirer de l'eau. Égoutter sur un linge sec et la déposer sur un plan de travail.
6. Sur chaque feuille, déposer le huitième des légumes et le huitième des tranches de porc au bas de chaque feuille (premier tiers de la feuille). Garnir d'un trait de mayonnaise.
7. Ajouter quelques feuilles de roquette. Rabattre les deux côtés de la feuille vers le centre. Rouler fermement la galette pour bien emprisonner la garniture.
8. Au moment de servir, couper les rouleaux en deux et servir avec la trempette.

## NOTE

**Vous pouvez préparer le filet de porc la veille et le trancher froid.**