# Ljetne rolice



Ako ste ljubitelj povrća, onda je ovo top recept za vas, a ako niste, mogli bi lako postati kad probate ljetne rolice od povrća, uz njih savršeno ide dip od kikirikija. Posebne čari ovom receptu daje dip, jer se njegov okus savršeno slaže s povrćem. Kombinacija raznih okusa lako bi vas mogla dovesti do toga da postanete ljubitelj povrća, ali obavezno uz ovaj kikiriki dip

**SASTOJCI :**

1 avokado

1 mrkva (veća)

1 krastavac

200 g kukuruza

½ žute , crvene i zelene paprike

1 tikvica (manja)

1 cikorija

200 g miješane salate

150 g staklene tjestenine

rižin papir  ( 1 paket od 12 komada)

**ZA DIP :**

130 g namaza od kikirikija ( kremastog )

sok od ½ limete

80 ml vode

3 žlice sirupa od agave (ili sirupa od

aronije, a može se koristiti i cvjetni med)

1 komad đumbira ( 1 cm )

1 režanj češnjaka

3 žlice umaka od soje

**DODATNI SASTOJCI :**

prehrambena boja ( po želji )

**PRIPREMA :**

1 . povrće oprati te ga izrezati po želji na uske trakice , kockice ili spiralno …

2 . staklenu tjesteninu preliti kipućom vodom i odmah dodati prehrambenu boju (boja nije obavezna, tjesteninu možete ostaviti i prozirnom), te ostaviti 5 do 10 minuta da odstoji (pročitajte upute na ambalaži ) …

3 . u međuvremenu pripremiti dip …

4 . đumbir naribati, češnjak usitniti , limetu iscijediti a zatim sve sastojke za dip spojiti , dobro izmiješati, te izmiksati štapnim mikserom. Dip staviti sa strane, kako bi nastavili s pripremom …

5 . staklenu tjesteninu procijediti , oprati hladnom vodom, te je samo malo nauljiti kako se ne bi zalijepila …

6 . podmazati podlogu na koju ćete slagati gotove ljetne rolice …

7 . u toplu vodu umočiti rižin papir, odmah ga izvaditi, staviti na radnu plohu i ostaviti samo par sekundi kako bi postao elastičan i savitljiv …

8 . u sredinu stavljati povrće i staklenu tjesteninu ( bilo kojim redoslijedom ) te zamotati …

9 .preklopiti jednu stranu preko povrća, te zatvoriti lijevu i desnu stranu prema unutrašnjosti, a zatim je samo umotati ( polako motajte, jer je rižin papir jako ljepljiv i ne može se više prepraviti ako je pogrešno umotan ) POGLEDAJTE TAJ POSTUPAK U VIDEU ! …

**SAVJET :**

Ako ne želite koristiti prehrambenu boju, možete prokuhati sok od bilo kojeg povrća te staklenu tjesteninu zaliti tim sokom kako bi dobili razne boje (od soka tjestenina ne dobije tako intenzivnu boju kao od prehrambenih boja i poprimi okus soka ) .

Zajedno s povrćem u ljetne rolice možete staviti i dimljeni losos ili kuhanu piletinu, a ovo povrće možete zamijeniti drugim vrstama koje više volite .

Ljetne rolice možete držati poklopljene u hladnjaku oko 2 do 3 dana .

Ako očekujete goste, stavite na stol sve sastojke i posudu s toplom vodom, tako da svatko može puniti svoju ljetnu rolicu po vlastitom ukusu .

Recept za kikiriki dip sam uzela s bloga Sallys Welt .
















Ako vam se sviđaju recepti sa mog bloga možete se besplatno preplatiti

na moj YouTube kanal … hvala na povjerenju vaša Meri