PLAT PRINCIPAL

AUMÔNIÈRES DE FEUILLES DE RIZ AUX POMMES DE TERRE

★★★★★ (16)

40 MINUTEN
FÜR 4 PERSONEN (ERGIBT 8-10 STÜCK)

INGRÉDIENTS

Pour la Farce

500 g	de pommes de terre à chair ferme
250 g	d'épinards frais
100 g	de petits pois surgelés décongelés
2 cs	d'huile de colza
1	gousse d'ail finement hachée
¼ cc	de piment en poudre
½	citron, zeste et jus
1 cc	de sel
une pincée	de poivre

pour les aumônières

16-20	feuilles de riz
1	œuf (taille L)
1 cs	de sauce soja
120 ml	d'eau
1 cs	de sésame

PRÉPARATION

1. Préparation de la farce:
éplucher les pommes de terre, les couper en gros dés et les faire cuire dans de l'eau salée jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Égoutter et laisser la vapeur s'évacuer. Écraser grossièrement. Mettre les épinards dans une passoire. Les arroser d'eau chaude. Presser pour éliminer l'eau, puis hacher grossièrement les épinards.

2. Mettre les pommes de terre et les épinards dans un saladier avec le reste des ingrédients de la farce et mélanger. Saler et poivrer.

3. Préparation des aumônières: Mettre l'œuf, la sauce soja et l'eau dans une assiette creuse. Bien mélanger. Tremper successivement deux feuilles de riz dans le mélange à l'œuf et les laisser brièvement ramollir. Les superposer dans une assiette.

4. Déposer 2 à 3 cs de farce au milieu des feuilles. Rabattre les côtés par-dessus la farce pour former un triangle aussi compact que possible. Saupoudrer de graines de sésame. Procéder de la même manière avec le reste des feuilles de riz et de la farce.

5. Cuisson à l'airfryer:
Déposer 3 à 4 aumônières à la fois dans le panier, selon leur taille. Faire cuire env. 15 minutes à 200 °C jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes.

6. Cuisson au four:
Répartir les aumônières sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et les faire cuire 20 à 25 minutes dans le four préchauffé à 200 °C (chaleur tournante) jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.