

VIETNAMESE SPRING ROLL

serves 12

Ingredients

- 1 package spring roll wrappers
- 1 package mai fun or other thin rice noodle
- 1 small bunch mint or basil
- 2 carrots
- 1 cucumber
- 2 tablespoons honey, maple syrup or sugar
- 1 teaspoon sea salt
- ¼ cup vinegar (apple cider or white)
- ¼ cup water

Directions

1. Peel carrots and cucumber if desired. Spiralize vegetables by twisting veggie in a spiralizer.
2. In a medium bowl, mix vinegar, water, sweetener and salt. Toss spiralized veggies into the vinegar mixture. Allow to sit for at least 15 minutes or for best flavor as long as overnight.
3. Drop rice noodles into boiling water and remove from heat. Allow to stand 3-4 minutes, then drain and rinse with cold water.
4. Wet the rice paper on both sides by smoothing a little warm water onto the surface with fingertips. Wait 20 seconds until it has become flexible. Place a small amount of rice noodle, vegetable and herbs on the side closest to you, roll toward the center, fold in the sides and roll all the way up.
5. Serve with soy sauce, chili sauce or lime juice for dipping!



Recipe Adapted by Chef Key

farmproject.org/foodpower #pokfoodpower

Rollitos vietnamitas de primavera

sirve 12

ingredientes

- 1 paquete de envoltorios de pasta de arroz
- 1 paquete de fideos de arroz delgados o mai fun noodles
- 1 manoje pequeño de menta o albahaca
- 2 zanahorias
- 1 pepino
- 2 cucharadas de miel, jarabe de arce o azúcar
- 1 cucharadita de sal
- ¼ taza de vinagre (sidra de manzana o blanca)
- ¼ de taza de agua



Instrucciones

1. Pele las zanahorias y el pepino si lo desea. Espiralice las verduras girando las verduras en un espiralizador.
2. En un tazón mediano, mezcle vinagre, agua, edulicante y sal. Mezcle las verduras en espiral en la mezcla de vinagre. Deje reposar durante al menos 15 minutos o para obtener el mejor sabor durante toda la noche.
3. Coloque los fideos de arroz en agua hirviendo y retírelos del fuego. Deje reposar de 3 a 4 minutos, luego drene y enjuague con agua fría.
4. Moje el papel de arroz por ambos lados alisando un poco de agua tibia sobre la superficie con la punta de los dedos. Espere 20 segundos hasta que se haya vuelto flexible. Coloque una pequeña cantidad de fideos de arroz, vegetales y hierbas en el lado más cercano a usted, gíreles hacia el centro, dóbleles por los lados y gíreles hacia arriba.
5. ¡Sirve con salsa de soja, salsa de chile o jugo de lima para mojar!

Receta adaptada por Chef Key

farmproject.org/foodpower #pokfoodpower