

## אגרוול מדפי אורז וירקות



### רכיבים

- דפי אורז
- גזר
- 1/4 4/1 ראש כרוב
- מלפפון
- סלסילה נבטים דקים
- כפות שומשום קלוי
- כף קצח
- כף שמן שומשום
- כפות רוטב סויה קלאסי 290 מ"ל
- כפות חומץ אורז

### הכנה

1. חותכים את הירקות לרצועות דקות.
2. מקפיצים את הירקות בווק, כשתי דקות, מניחים בקערה, ומתבלים בשמן שומשום, רוטב סויה, שומשום קלוי וקצח. לערבב קלות.
3. מניחים דף אורז בתוך קערת מים ומשרים 20 שניות.
4. מניחים את דף האורז על מגבת, ובמרכז הדף ממלאים בתערובת הירקות ומקפלים (קיפול מצד ימין, קיפול מצד שמאל, וגילגול ליצירת רול).
5. מניחים את הרולים בתבנית משומנת, כשהתפר כלפי מטה.
6. מתיזים מעט שמן קנולה מעל, מכסים בנייר כסף ואופים בחום של 180 מעלות כחמש דקות.

30 דקות

6 servings 6