

AN-MAKI

Rouleau à la pâte de haricot rouge et à la crème au thé vert

Ingédients (15 à 16 rouleaux)

150 g de farine ● 10 g de maïzena ● 4 g de levure chimique
40 g de sucre ● 1 c. à café de miel ● 1 pincée de sel
20 g de beurre fondu ou d'huile
18 cl de lait ● 1 œuf
150 g de pâte de haricot rouge sucré (boîte ou sachet)
80 g de crème liquide

Crème au thé vert*

Mélangez 1 c. à s. de farine et de maïzena, 40 g de sucre, 1 œuf, 20 cl de lait et 5 g de thé en poudre, recouvrez d'un film alimentaire et faites cuire pendant 3-4 minutes au micro-ondes (600W) en remuant toutes les minutes. Ajoutez 20 g de beurre et laissez refroidir.

- 1 Mélangez la farine, la maïzena et la levure chimique. Tamisez.
- 2 Dans un autre bol mélangez le lait, l'œuf, le miel, le beurre fondu, le sucre et le sel.
- 3 Ajoutez le mélange de farine et levure. Laissez reposer 30 min.
- 4 Versez la pâte en formant des ovales dans la poêle. Faites cuire chaque face pendant 3 minutes. Laissez tiédir.
- 5 Préparez des petites boules de pâte de haricot rouge de 10 g. Montez la crème liquide fermement.
- 6 Sur la pâte cuite, déposez une boule de haricot et un peu de crème au thé vert* puis roulez à l'aide d'un torchon légèrement mouillé.

抹茶あんまき

Astuce : avant la cuisson, chauffez, huilez et faites refroidir la poêle pour obtenir une belle couleur à la cuisson.

Autre usage de la pâte de haricot : la crêpe à la pâte de haricot, le chausson à la pâte feuilletée au haricot rouge ou bien mélangée à de la glace vanille ou à la pâte d'un gâteau quatre-quarts.

