AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	40 Min.	ganzjährig	China

FRÜHLINGSROLLE MIT GEMÜSE



Rezept: brigitte.de, 16. 8. 2015 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Frühlingsrollen sind ein viel gekauftes Tiefkühlprodukt: China exportiert sie für mehr als 800 Mio. € nach Deutschland. Aber warum nicht einmal solche selber herstellen? Die Chinesen stellen ihre auch selber her.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

100 g	Glasnudeln	1 Zehe	Knoblauch, fein gewürfelt
100 g	Karotte, feine Streifen		
100 g	Zucchini, feine Streifen	1	Ei
3	Lauchzwiebel, feine Ringe	1 TL	Sojasauce
2	Schalotte, fein gewürfelt	16 Bl	Reispapier
		2 dl	Fritieröl

ZUBEREITUNG

1. Glasnudeln mit reichlich heissem Wasser übergiessen, 5 Min. quellen lassen. Abgetropfte Nudeln klein schneiden.
2. Gemüse rüsten. Karotten, Zucchini in feine Streifen, Lauchzwiebeln in feine Ringe schneiden und Schalotten, Knoblauch fein würfeln. Gemüse gut mit dem Ei mischen, mit Sojasauce würzen und die Nudeln unterziehen.
3. Acht Blatt Reispapier nacheinander in kaltem Wasser einweichen und auf eine angefeuchtete Arbeitsplatte legen. In die Mitte der Teigblätter je zwei EL Füllung geben, die Seiten einschlagen und aufrollen. Die fertigen Rollen nochmals in ein Reispapier einschlagen.
4. Im Wok frittieren. Die Rollen einzeln goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Heiss mit Sojasauce servieren.