

Der Sommer in Rollenform

Wir können den Sommer kaum erwarten. Passenderweise haben wir mit diesem Rezept für Sommerrollen eine Köstlichkeit für euch, die nicht durch ihren Namen nach Lust auf die warme Jahreszeit macht.

Sommerrollen mit Erdnussauce

Zutaten

(für 4 Portionen)

Rollen

100 g dünne Reismudeln
1 TL Öl + 2 EL Öl
1 Salatgurke
2 Karotten
1 Avocado
ca. 100g Blattsalatmischung oder
3 große Blätter Eisbergsalat
½ Bund Minze
200 g Tofu (Natur oder geräuchert)
1 EL Maisstärke
3 EL Sojasaße 12 Blätter Reispapier (22 cm Ø)

optionaler Dipp

4 EL Sojasaße
4 EL Erdnussmus
1 Limette

Anleitung

1. Reismudeln mit kochendem Wasser übergießen, 2 Minuten quellen lassen, abgießen, kalt abspülen und mit 1 TL Öl vermischen.
2. Gurke waschen, Paprika waschen und entkernen, Möhren schälen, Gemüse und Avocado in dünne Stifte schneiden. Salat waschen, trocken tupfen und nach Bedarf in feine Streifen schneiden. Die Minze in der gewünschten Größe abzupfen.
3. Tofu trockentupfen, in Stifte schneiden und mit Maisstärke bemehlen. 2 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen, den Tofu darin bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten von allen Seiten knusprig braten. Am Ende unter Rühren mit 3 EL Sojasaße ablöschen.
4. Reispapier kurz in lauwarmes Wasser tauchen, auf ein Brett legen und mit Minze, Koriander Reismudeln, Gemüse, Avocado und Tofu belegen. Jetzt das Reispapier zusammenrollen und halbieren.
5. Für den Dipp Erdnussmus, Limette und Sojasaße gut vermischen und nach Bedarf noch etwas Wasser hinzufügen.

