

Frühlingsrollen



Fotos Linda Peter

Zutaten:

500 g Faschiertes (Hackfleisch)
2 Karotten
Frühlingszwiebel
1 Zwiebel 1 Chinesischer Knoblauch
1 Stück Ingwer
etwas Zitronengras hab ich auch dazu gegeben
Chinakohl ca. 8 Blätter
1 Glas Sojasprossen
Sojasauce
Reisessig
Chili
Salz
Prise brauner Zucker
Sweet Chilisauc
Zum Bestreichen: Sesam/Rapsöl
Zum Füllen: Reisblätter

Zubereitung:

Karotten im Multizerkleinerer raspeln

Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und Zwiebel/Knoblauch fein hacken

Ingwer fein hacken.

Chinakohl mit Multizerkleinerer oder Schnitzelwerk fein schneiden.

Zwiebel anschwitzen, Ingwer und Knoblauch auch, Faschiertes dazu geben und gut durchbraten, dann die Frühlingszwiebel, den feingeschnittenen Chinakohl (8 Blätter ungefähr) und die Sojasprossen untermischen und weg von der Herdplatte, damit das Gemüse knackig bleibt.



Gewürzt habe ich mit Chilisalze, Sojasauce, Reisessig, Prise braunen Zucker und etwas Sweetchilisaucce. Alles gut durchmischen, etwas auskühlen lassen und dann in die vorbereiteten Reisblätter füllen. Gewürzt hab ich nach Gefühl da gibt's keine Mengenangaben 😊 ☐

Die Blätter erst unter lauwarm fließendes Wasser halten und dann auf ein feuchtes Tuch legen, damit sie schön geschmeidig weich werden, das geht ganz fix, so ca. zwei Minuten.



Dann die einzelnen Platten füllen, seitlich einschlagen und zusammenrollen. Mit der Naht nach unten auf ein Backblech setzen.



Sesam und Rapsöl mischen und die Rollen damit einpinseln. Bei 200 Grad im Backofen ca. 20 Minuten backen