

## Selbstgemachte Frühlingsrollen

VORBEREITEN

15  
Min.

ZUBEREITEN

40  
Min.

NIVEAU



Frühlingsrollen! Wer die kleinen Rollen nicht bestellen möchte, macht sie einfach selbst. Und füllt sie mit viel buntem Gemüse. Übrigens: Frühlingsrollen passen hervorragend zu süßer Chilisauce oder süß-saurer Sauce.

- 1 -

Die Glasnudeln nach Packungsanweisung zubereiten. Danach in 5 cm lange Stücke schneiden und beiseitestellen.

- 2 -

Die Reispapierblätter zwischen feuchte Küchentücher legen und ca. 15 Minuten einweichen lassen.



- 3 -

Die Pilze ausdrücken, Stiele entfernen, kleinschneiden und mit dem übrigen Gemüse (außer den Sojasprossen) in einer Schüssel mischen.

- 4 -

Im Wok bei mittlerer Hitze 2 EL Öl erwärmen. Das Gemüse unter stetigem Wenden kurz darin anbraten

### Zutaten für 12 Stück

12 Reispapierblätter  
80 g Glasnudeln  
10 getrocknete Shiitake-Pilze, eingeweicht, in kleine Stücke geschnitten  
2 Möhren, in feine Stifte geschnitten  
2 Frühlingszwiebeln, in feine Ringe geschnitten  
1/2 Bund Schnittlauch, gehackt  
2 rote Chilis, fein gehackt  
100 g Weißkohl, fein gehobelt  
50 g Sojasprossen  
1 Esslöffel Austernsauce  
1 Esslöffel Zucker  
1 Teelöffel Sojasauce  
1/2 Teelöffel Salz  
Öl, zum Anbraten und Frittieren  
30 g Mehl  
50 ml süße Chilisauce (als Dip)

### Besonderes Zubehör

Fritteuse, Wok oder tiefe Pfanne

In China beginnt das Jahr nicht mit dem Jahreswechsel am 31. Dezember, sondern mit dem Frühlingsfest Anfang Februar. Was dabei auf keinen Fall fehlen darf:

## Selbstgemachte Frühlingsrollen

(maximal 2 Minuten). Die Glasnudeln hinzufügen und ebenfalls kurz mit andünsten. Die Nudel-Gemüse-Mischung vom Herd nehmen und zusammen mit den Sojasprossen in eine Schale geben.

- 5 -

In einer kleinen Schale Austernsauce, Zucker, Sojasauce und Salz verquirlen. Zum Gemüse geben und unterheben.

- 6 -

Ein Reispapierblatt bereitlegen und 2 EL der Füllung in die Mitte setzen.



- 7 -

Die Reispapierblätter von links und rechts über die Füllung schlagen, zuletzt das Reispapier von unten darüber klappen.



- 8 -

Die Frühlingsrolle von unten nach oben aufrollen. Den Rest der Füllung auf die übrigen Reispapierblätter verteilen und nach dem gleichen Prinzip die weiteren Frühlingsrollen vorbereiten.



- 9 -

Das Mehl in etwas Wasser auflösen, so dass eine Paste entsteht. Die Frühlingsrollen mit der Mehlpaste bepinseln, damit die Reispapierränder zusammenhalten.



- 10 -

In einem Wok oder einer Fritteuse (190 °C) so viel Öl erhitzen, dass sie die Frühlingsrollen komplett darin eintauchen können. Mit einem Schaumlöffel nacheinander jeweils 3-4 Frühlingsrollen in das heiße Fett geben und 3-4 Minuten goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit süßer Chilisauce

# Selbstgemachte Frühlingsrollen

servieren.