



Heute bereite ich Sommerrollen zu. Das ist in Reisblatt gewickeltes Gemüse, welches vorher in Stifte geschnitten wird. Nach Belieben können Hähnchenbrust, Shrimps und andere Zutaten und Kräuter mit eingerollt werden. Die Sommerrollen dippe ich in meine selbstgemachte Erdnusssoße.



Zubereitungszeit

60 Minuten

PORTIONSRECHNER:

Stück: 12

ZUBEREITUNG SOMMERROLLEN

Lege das Hähnchenfleisch in einen Topf und übergieße es mit Gemüsebrühe. Gare die Hähnchenbrust darin für etwa 15 Minuten und lass sie abkühlen. Die Hühnerbrühe kannst du trinken oder zu einer Suppe weiterverarbeiten oder für andere Gerichte verwenden. Schneide das Hähnchen in Streifen. Schneide das Gemüse in feine Sticks.

Übergieße die Glasnudeln mit kochendem Wasser und lasse sie darin ziehen, bis sie gar sind (je nach Packungsanweisung 2-6 Minuten). Vermische sie danach mit Sesamöl.

Tauche das Reispapier in lauwarmes Wasser und lege es auf ein Brett vor dich hin. Belege es mit dem Gemüse und Fleisch und mit den Kräutern. Achte darauf, dass es nicht zu voll wird. Klappe nun beide Seiten ein und ziehe das Reispapier dafür ganz vorsichtig in Form – durch das Einweichen ist es etwas elastisch. Rolle das Reispapier auf, so dass die Sommerrolle entsteht. Fette einen Teller und lege die Sommerrollen drauf. Falls du sie eine Weile lagern möchtest, solltest du sie mit Wasser oder Fett besprühen, damit sie nicht trocknen und dann reisen.

ZUBEREITUNG ERDNUSSOSSE

Püriere alle Zutaten mit einem Mixer ganz fein. Serviere die Sommerrollen mit der Soße.



Richte das vorbereitete Gemüse und Fleisch hübsch auf Platten an. Stelle ein Schälchen mit Wasser in die Mitte des Tisches und nun kann sich jeder Gast seine eigene Sommerrolle belegen und aufrollen!

Viel Spaß beim Nachmachen! Eure Sally <3

SOMMERROLLEN:

- 200 g** Hähnchenbrüste
- 500 ml** Gemüsebrühe
- 200 g** Karotten
- 200 g** Gurken (klein)
- 150 g** Eisbergsalat
- 25** Koriandergrün
- 1** Avocado
- 1** Paprika (rot, gelb)
- 15** Minze
- 100 g** Glasnudeln
- 1 EL** Sesamöl
- 12** Reispapier

ERDNUSS-DIP:

- 1** Ingwer (frisch)
- 1** Knoblauchzehe
- 3 EL** Sojasoße
- 3 EL** Ahornsirup
- Limetten (Saft)
- 130 g** Erdnussbutter (cremig)
- 80 ml** Wasser