

Jasmin Sommerrollen

Mit Shrimps



Zur Artikelliste *

Gern gegessen in:



Universitäten



Betriebs-
kantinen



Senioren-
einrichtungen

Rezeptur-Nummern im Menü-Manager MM01326

Zutaten für 10 Personen:

	Zutat	Art.-Nr.	Menge
<i>Bio</i>	Paprika	465281	300 g
	Mango	409216	2 Stück
	Salatgurke	465212	500 g
	Frühlingszwiebeln	454827	250 g
	Reisblätter	525756	40 Stück
	Jasmin Tee	446402	10 Beutel
	Shrimps	29421	250 g
	Sojasprossen	379644	100 g
	Sesam	302517	30 g
	Sojasoße	588546	250 ml
	Sesamöl	445290	50 ml
<i>Fairtrade</i>	Honig	978057	20 g

Zubereitung:

1. Füllen Sie eine große Schüssel mit kochendem Wasser und legen Sie den Jasmin-Tee hinein. Lassen Sie den Tee 3-5 Min. ziehen.
2. Schneiden Sie die Paprika, Mango, Gurke und Frühlingszwiebeln in dünne, lange Streifen.
3. Tauchen Sie ein Reisblatt in die Teeschüssel und lassen Sie es ein paar Sekunden ziehen, bis es weich und durchsichtig wird. Legen Sie das Reisblatt auf ein Schneidebrett und fügen Sie mittig etwas Mango, Paprika, Gurke, Sojasprossen, ein paar Shrimps und Frühlingszwiebeln hinzu. Anschließend bestreuen Sie die Zutaten mit etwas Salz, Pfeffer und Sesam.
4. Rollen Sie die Zutaten ein und falten Sie die abstehenden Seiten nach innen. Wiederholen Sie den Vorgang für weitere Sommerrollen.
5. Vermischen Sie die Zutaten für die Soße in einer separaten Schüssel.

Tipp: Sie können die Sommerrollen mit allerlei Gemüse füllen, z.B. Karotten, Rettich oder Avocado. Variieren Sie auch die Kräuter, z.B. mit Minze, Schnittlauch oder Koriander für andere Aromen.

Roter Pfeffer und Knoblauch sind eine schöne Ergänzung zum Soßen Grundrezept. Als alternative Soße passt auch eine Süß-Sauer-Soße aus fairem Handel.

* Nur national verfügbare Artikel.