

Sommerrollen mit Erdnusssdip



ZUTATEN (für 10-12 Rollen):

- 10-12 Stck. Reispapier (ø 22 cm)
- ½ Gurke
- 2 mittelgroße Karotten
- 1 rote Paprika
- 4-5 große Salatblätter (Eisbergsalat)
- 10-12 große Garnelen (nach Bedarf)
- Je 1 Stängel Minze & Koriander
- Salz, Pfeffer

Für den Erdnusssdip:

- 1 daumengroßes Stck. Ingwer
- 3 EL Erdnussmuß
- 2 Datteln (soft)
- 1 TL Honig
- 1 TL Sojasoße
- ½ Limette

SCHRITTE:

- 1) Das Gemüse waschen, Paprika entkernen, Möhren schälen, Salat abtropfen lassen.
- 2) Alles in lange, dünne Streifen schneiden.
- 3) Die Kräuter waschen, abschütteln und fein hacken.
- 4) Wer die Sommer-Rollen mit Garnelen essen möchte, brät diese ca. 8 Minuten pro Seite an und würzt sie mit Salz und Pfeffer.
- 5) Die Garnelen kurz abkühlen lassen und halbieren.
- 6) Ein Reispapier kurz in warmes Wasser legen, auf ein rundes Brett geben, etwas Gemüse (und 2 Garnelenhälften) mittig auf das Reispapier legen, etwas Salz, Pfeffer und Kräuter darüber streuen, eine Seite über die Füllung klappen, zur offenen Seite hin aufrollen und die Enden zu klappen.
- 7) Diesen Vorgang mit dem restlichen Reispapier und Gemüse wiederholen, bis keine Füllung mehr übrig ist.
- 8) Für den Erdnusssdip den Ingwer schälen und mit den übrigen Zutaten (außer der Limette) in einen Mixer geben, zu einer cremigen Masse pürieren und mit Limettensaft abschmecken.

GEHEIMTIPPS:

- Für eine fruchtige Komponente, etwas Mango in dünne Streifen schneiden und diese mit in die Sommerrollen geben.
- Wer etwas „Crunch“ haben möchte, hackt ein paar Erdnüsse klein und streut diese zusammen mit den Kräutern in die Rollen.
- Auch mit anderem Gemüse, wie z.B. Rotkohl oder Sojasprossen schmecken die Sommerrollen sehr gut.

**Unser
Club.de**

