

Sommer-Rollen mit Rinder-Filet-Streifen, Garnelen, Soße

Für zwei Personen

Für die Sommerrollen:

150 g Rinderfilet	2 Riesengarnelen	150 g Natur-Tofu
8 Reispapier, 22 cm	1 kleiner Romanasalat	50 g Rucola
1 Möhre	2 Shiitake Pilze	2 Lauchzwiebeln
100 g Mungbohnsensprossen	1 Zweig Thaibasilikum	1 Zweig Minze
1 TL geröstetes Sesamöl	1 TL Wasabipaste	

Für die Saucen:

1 rote Chilischote	2 Limetten	2 cm Ingwer
1 EL Erdnussmus	4 EL Fischsauce	2 EL Sojasauce
2 EL Reissessig	4 Zweige Koriandergrün mit Wurzel	1 EL braunen Zucker

Für den Gurkensalat:

$\frac{1}{2}$ Salatgurke	1 Möhre	1 kleine rote Zwiebel
2 EL Reissessig	2 EL helle Sesamkörner	Salz

Für die Sommerrollen:

Das Reispapier 4 Minuten in lauwarmem Wasser einweichen. Salat waschen. Möhre und Lauch schälen und in kleine Streifen schneiden.

Rinderfilet, Pilze und Tofu in schmale Streifen schneiden und in einer Pfanne mit Öl kurz anbraten. Garnelen ebenso anbraten und salzen.

Die eingeweichten Reisblätter mit dem Salat und der in dünne Streifen geschnittenen Möhre belegen und in jeweils eine Rolle Tofu oder Filet oder Garnele auflegen. Nur das Rinderfilet zusätzlich mit Wasabipaste bestreichen. Alle Füllungen mit Sprossen, Kräutern und Lauchzwiebeln bestreuen und zu Frühlingsrollen straff aufrollen.

Für die Saucen:

Koriander, Ingwer und Chili fein schneiden. Fischsauce, Limettensaft, etwas Wasser, Zucker, Essig, Ingwer und Chilischote mit etwas gehacktem Koriandergrün verrühren.

Für die zweite Sauce Erdnussmus mit Sojasauce, Fischsauce, etwas Essig und etwas Wasser verrühren. In Schälchen anrichten.

Für den Gurkensalat:

Möhre schälen und in feine Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Gurke hobeln und mit etwas Möhre, Zwiebeln, Salz und Reissessig marinieren. Sesam anbraten und drüberstreuen.

Die Sommerrollen auf einem Teller mit dem Gurkensalat und den Saucen anrichten und servieren.

Romana Berg am 16. Juni 2022