

Frühlingsrollen mit Lachs, Thunfisch und Spinat

Für zwei Personen

Für die Füllung:

1 rote Paprikaschote	1 gelbe Paprikaschote	150 g frischer Spinat
1 Knoblauchzehe	2 cm Ingwer	15 ml helle Sojasauce
Sesamöl	Salz	Pfeffer

Für die Frühlingsrollen:

100 g Lachsfilet	100 g Thunfischfilet	6 Blätter Frühlingsrollenteig
1 Ei	Sojasauce	1 EL weiße Sesamsaat
Fett	Salz	

Für die Sweet-Chili-Sauce:

1 rote Chilischote	1 Orange	2 EL Honig
4 EL Zucker	2 Zweige Koriander	

Für die Füllung:

Die beiden Paprikaschoten waschen, trockentupfen und schälen. Dann halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und klein würfeln.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Ingwer schälen und reiben.

Paprikawürfel, Knoblauch und Ingwer in einer Wokpfanne mit Sesamöl anschwitzen. Spinat waschen und trockenschleudern. Spinat mit in die Pfanne geben und unter Rühren zusammenfallen lassen. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Sojasauce ablöschen. Gut abkühlen lassen, dann fein hacken.

Für die Frühlingsrollen:

Lachsfilet und Thunfischfilet waschen, trockentupfen und in ca. 2 cm dicke Streifen schneiden. Jeweils ein Streifen Lachs und ein Streifen Thunfisch übereinanderlegen, mit Sojasauce marinieren und mit Sesam bestreuen.

Jeweils ein Teigblatt als Raute auf die Arbeitsfläche legen, gehackte Paprika-Spinat-Masse sowie Lachs- und Thunfischstreifen darauf mittig platzieren. Ei trennen und Eiweiß auffangen. Teigrand mit Eiweiß einstreichen und zu einer festen Rolle aufrollen. Die übrigen Rollen ebenso zubereiten.

Das Fett auf 160 bis 170 Grad erhitzen. Die Rollen darin goldbraun und knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen.

Für die Sweet-Chili-Sauce:

Chilischote der Länge nach halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und kleinschneiden. Orange halbieren und den Saft auspressen.

Zucker und Honig in einer Pfanne karamellisieren und mit Orangensaft ablöschen. Chili dazugeben. Sauce einkochen. Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Koriander in die Sauce einrühren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Johann Lafer am 04. Juni 2020