

EDEKA
KOCHSCHULE



LECKER MIT LUTHER

FRITTIERTE FRÜHLINGSROLLEN

mit Koriandermayonnaise



Dirk Luther



MITTEL



ZUBEREITUNGSZEIT ca. 60 MIN. (+ ZEIT ZUM ZIEHEN)



4 PORTIONEN

Frittierte Frühlingsrollen

mit Koriandermayonnaise

ZUTATEN

FRÜHLINGSROLLEN

2 Karotten mit Grün
100 g Knollensellerie
½ Lauchstange
60 g Zuckerschoten
¼ Kopf Spitzkohl
50 g Mungosprossen
15 g frischer Ingwer
60 g Glasnudeln
3 EL Sesamöl
2 EL Austernsauce
2 EL Sojasauce
5 EL Sweet-Chili-Sauce
1 EL Currypulver
20 Frühlingsrollen-Teigblätter
(alternativ Filoteig)

2 Eiweiß
ca. 1 l Sesamöl zum Frittieren
Salz

KORIANDERMAYONNAISE

120 g herkömmliche Mayonnaise
40 g Crème fraîche
1 TL Sesamöl
½ Bund Koriander,
fein geschnitten
50 g kandierter Ingwer,
klein gewürfelt
2 EL Ingwersirup
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
2 EL Ketjap Manis
1 EL Currypulver

★ Eiweiß ist ein Protein, das prima als Klebemittel funktioniert. Auch Eigelb ist ein gutes Bindemittel, doch bei diesen Frühlingsrollen empfiehlt sich das Eiweiß, weil es durchsichtig ist und die Rollen schöner aussehen.



FRÜHLINGSROLLEN Die Karotten und den Sellerie schälen, den Lauch putzen, die Zuckerschoten, den Spitzkohl und die Mungosprossen abrausen. Alle vorbereiteten Gemüse außer den Sprossen in 3 cm lange, sehr feine Streifen schneiden. Den Ingwer schälen und fein reiben. Die Glasnudeln mit kochendem Wasser übergießen und etwa 5 Minuten einweichen. Sesamöl in einem Wok erhitzen, die Gemüsestreifen und Sprossen darin nach und nach kurz anbraten. Das Gemüse aus dem Wok nehmen und abkühlen lassen. Die Glasnudeln abgießen, etwas abtropfen lassen und zum Gemüse geben. Das Ganze mit dem geriebenen Ingwer, Austernsauce, Sojasauce, Sweet-Chili-Sauce und Currypulver abschmecken. Eventuell etwas nachsalzen.

Die Eiweiß mit einer Gabel verquirlen. Die Teigblätter auf einem feuchten Küchentuch auslegen und je 1 EL Glasnudelmischung in die Mitte des unteren Drittels geben. Die Teigränder mit Eiweiß bestreichen, das Teigblatt nach oben umschlagen, die beiden Seitenhälften straff einschlagen und die Frühlingsrolle von unten nach oben fest aufrollen. Die fertigen Rollen mit etwas Abstand auf einen Teller legen.

Die Frühlingsrollen in heißem Öl (ca. 170 °C) goldbraun und knusprig ausbacken. Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.

KORIANDERMAYONNAISE Für die Koriandermayonnaise die Zutaten miteinander verrühren und mit Curry würzig abschmecken. Einige Stunden ziehen lassen.

Das Grün der Karotte gibt ihnen Aufschluss über die Frische des Produkts. Achten Sie beim Einkaufen darauf, dass das Grün noch saftig und von kräftiger Farbe ist.

