

Sommerrollen



Zutaten für 9 Rollen:

- 9 Reispapier Oblaten
- 50 g Glasnudeln
- 25 g Mango
- 2 EL Reissessig
- ½ Avocado
- 1 Möhre
- ½ Limette
- 1 fingerkuppenstarkes Stück Ingwer
- 25 g Salat
- etwas Minze, Pfeffer und Sesam
- **Für die Erdnusssauce**
- 80 g Erdnussbutter
- 1 Knoblauchzehe (gepresst)
- 1 EL flüssiger Honig
- 2 EL Sojasauce
- 1 EL Sesamöl
- 1 TL Sambal Oelek
- 3 EL Orangensaft

Arbeitszeit:

ca. 20 Minuten

So machst du die Sommerrollen selber

1. Wasche den Salat und schneide ihn in Streifen.
2. Schäle die Möhre, den Ingwer und die Mango, höhle die Avocado aus und schneide alles in dünne Streifen. Würze die Avocado mit Pfeffer und Salz und beträufele sie mit

dem Saft der Limette.

3. Gib die Glasnudeln in einen Topf, füge den Reisessig und den Ingwer hinzu und übergieße die Nudeln anschließend mit heißem Wasser. Sobald die Glasnudeln weich sind kannst du das Wasser abgießen.
4. Gib nun ausreichend Wasser auf einen Teller, um das Reispapier darin einzutunken. Achte darauf, dass das Reispapier vollständig eingetaucht ist und lasse es auf jeder Seite für etwa sechs Sekunden einweichen.
5. Lege das Reispapier dann auf einen weiteren Teller und belege es nach Wunsch mit den Glasnudeln und dem Gemüse. Falte dann die Seiten des Reispapiers ein und rolle es auf. Bestreue die fertigen Sommerrollen zum Schluss mit etwas Sesam.
6. Für die Erdnusssauce verrührst du einfach nur alle Zutaten gründlich.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

