

Frühlingsrollen vegetarisch für 40 Stück

Zutaten :

- 500g Karotten
- 1 Stück Spitzkraut oder Weißkohl
- 200g Glasnudeln
- 2 Esslöffel Sojasoße
- 2 Esslöffel Austernsoße
- 1 Teelöffel Zucker
- 1 Esslöffel Fischsoße
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Packung Frühlingsrollen/Teig (40 Stück)
- 1 Esslöffel Öl



Zubereitung:

- Das Gemüse schälen und in kleine Streifen schneiden.
- Die Glasnudeln ca. 10 – 15 min. in kaltes bzw. lauwarmes Wasser einweichen.
- Die Knoblauchzehen fein hacken.
- In einer Pfanne Knoblauch mit Öl goldbraun anschwitzen.
- Die Karotten und den Zucker zugeben, danach das Kraut und die Gewürze unterrühren. Anschließend abschmecken.
- Zum Schluss die gekochten Glasnudeln untermischen.
- Die Füllung noch einmal abschmecken und ca. ½ Stunde abkühlen lassen.

Vorbereitung der Frühlingsrollen:

- Zuerst die gefrorenen Frühlingsrollenblätter ca. 45 min. auftauen lassen und mit einem angefeuchtetem Tuch abdecken.
- weitere Schritte im Kurs ...

Abwandlung der Zutaten:

- Zucchini, Chinakohl, Nüsse
- Lauchzwiebeln, Hackfleisch, Hähnchenbrustfilet