

Einfach. Gut. Bachmeier Vietnamesische Frühlingsrollen

[BR br.de/br-fernsehen/sendungen/bachmeier/bachmeier-vietnamesische-fruehlingsrollen-rezept-102.html](http://br.de/br-fernsehen/sendungen/bachmeier/bachmeier-vietnamesische-fruehlingsrollen-rezept-102.html)



Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Für die Frühlingsrollen:

- 30 g Glasnudeln
- 5 Shiitake-Pilze
- 5 Champignons
- 1 rote Zwiebel
- 1 Möhre
- 10 Stangen Thaispargel
- 200 g Garnelenfleisch
- 125 g Schweinehackfleisch
- 50 g Sojasprossen
- 2 EL Fischsauce
- 1 EL fein gehackter Knoblauch
- 1 TL weißer Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Zucker
- ½ TL Meersalz
- 1 Ei
- 16 Blätter Reispapier (20 cm Durchmesser)
- Salatblätter zum Anrichten

Für den Dip:

- 3 EL ungesalzene Erdnüsse
- 1 rote Chilischote
- 125 g Zucker
- 70 ml Reisessig
- 3 EL Fischsauce
- 1 TL fein gehackter Knoblauch
- abgeriebene Schale und Saft von 1 Bio-Limette

Zubereitung:

1. Für die Frühlingsrollen die Glasnudeln 15 Minuten in warmem Wasser einweichen. Die Shiitake-Pilze putzen, falls nötig, trocken abreiben und die Stiele entfernen. Alle Pilze in Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Möhre schälen und fein reiben. Den Spargel waschen und nach Belieben in Stücke schneiden.

2. Die Glasnudeln abgießen, abtropfen lassen und in etwa 3 cm lange Stücke schneiden. Das Garnelenfleisch hacken. Alle vorbereiteten Zutaten in eine große Schüssel geben. Hackfleisch, Sprossen, Fischsauce, Knoblauch, Pfeffer, Zucker, Salz und das leicht verquirlte Ei dazugeben. Alle Zutaten gut mischen.

3. Ein Blatt Reispapier kurz in kaltes Wasser legen und dann auf die Arbeitsfläche legen. 2 EL Füllung mittig auf das untere Drittel geben und einrollen. Dabei die Seiten nach innen über die Füllung klappen.

Während eine Frühlingsrolle gerollt wird, das nächste Blatt in das Wasser legen. So fortfahren, bis die Füllung aufgebraucht ist.

4. Für den Dip die Erdnüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Herausnehmen und grob hacken. Die Chilischote längs halbieren, entkernen, waschen und fein hacken. Den Zucker mit dem Reisessig verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. 70 ml Wasser, Fischsauce, Knoblauch, Chili und Limettenschale und -saft hinzufügen. Alles gut verrühren und mit den Erdnüssen bestreuen.

5. Den Backofen auf 220 °C vorheizen. Die Frühlingsrollen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 12 Minuten backen.

Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Frühlingsrollen auf Salatblättern anrichten und den Dip dazu reichen.