▪ Die Küchenschlacht – Menü am 16. Mai 2024 ▪
Tagesmotto „Dip it!“ mit Zora Klipp

Tanja Barbei

Frühlingsrollen mit Sweet-Chili-Sauce und Kohlsalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Frühlingsrollen:
250 g gemischtes Hackfleisch
15 Frühlingsrollenblätter, 12,5 cm x 12,5 cm
1 kleiner Spitzkohl
2 Möhren
1 Stange Lauch
3-4 EL Mungobohnensprossen
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 EL Sojasauce
1 TL dunkle Sojasauce
1 EL Austernsauce
Zucker, zum Abschmecken
1 TL Speisestärke
Sesamöl, zum Braten
Pflanzenöl, zum Frittieren
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Kohl, Möhren und Lauch putzen und alles klein schneiden. Zwiebel und Knoblauch abziehen und klein schneiden. Sprossen waschen.

Kohl, Möhre und Zwiebel in einem Wok mit Sesamöl anbraten und etwas schmoren lassen. Sobald alles gut angebraten ist, Knoblauch und Hackfleisch dazu geben. Anschließend Lauch und Sprossen zugeben. Alles gut vermengen und mit Sojasauce, Austernsauce, Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

Frühlingsrollenteig auf ein Küchentuch legen und die Füllung darauf platzieren. Dann einschlagen. Speisestärke und Wasser verrühren und Frühlingsrollen damit einstreichen bzw. die „Nähte“ verschließen. Pflanzenöl in einer Fritteuse erhitzen und die Frühlingsrollen darin goldbraun frittieren. Anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Sweet-Chili-Sauce:
2 rote Chilischoten
3 Knoblauchzehen
60 ml Essig
120 g Zucker
1 TL Paprikapulver
1 EL Speisestärke
Salz, aus der Mühle

Chili grob schneiden, Knoblauch abziehen und grob schneiden. 180 ml Wasser mit Chili, Knoblauch, Essig, Paprikapulver, Zucker und Salz in einen Topf geben und einige Minuten kochen lassen. Dann mixen.

Stärke mit 2 EL Wasser anrühren, in die Sauce geben und eine Minute mitkochen lassen. Schließlich abfüllen und erkalten lassen.

Für den Salat:
150 g Spitzkohl
½ Möhre
1 TL Kurkumapulver
1TL brauner Zucker
30 ml Reisessig
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Kohl und Möhre putzen und sehr fein schneiden. Mit Kurkuma, Zucker, Reisessig, Salz und Pfeffer würzen und ca. 60 ml Wasser hinzufügen. Salat gut mit der Hand durchkneten.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.