

[Home](#)[Spanisch](#)[Kochrezepte](#)[Bildergalerien](#)

Frische Frühlingsrollen mit Rindfleisch



ca. 45 Min. für die Vorbereitung

[[zurück zur Übersicht](#)]

Frische Frühlingsrollen gibt es mit unterschiedlichen Füllungen. Wichtige Bestandteile sind das frische Gemüse (hier marinierte Zwiebelringe, Salat und Gurke) und die frischen Kräuter. Dazu kommt zartes Fleisch (hier Rinderfilet), dass nur kurz in einem Sud blanchiert wird. Statt Fleisch kann man auch geschälte Garnelen verwenden. Die Zutaten werden während des Essens in Reispapier gewickelt und frisch, nämlich unfrittiert, sofort gegessen. So kann der Begriff "frisch" mehrfach interpretiert werden. Jeder Essengastwickelt seine eigenen Rollen während des Mahles.

Frische Frühlingsrollen sind eine Vorspeise und man rechnet pro Person bei kleinen Rollen etwa 4 - 5 Stück pro Person.

Zutaten

2 große rote Zwiebeln
5 EL Reisessig
300 g Rinderfilet
frisch gemahlener Pfeffer
1/2 Liter Wasser
1 Dose Tomatenstücke (400 g)
80 ml Reisessig
2 Knoblauchzehen, fein gehackt

Dipsoße:

1 - 2 frische rote Chilischoten
4 EL Fischsoße
Saft von 2 Limetten
2 Knoblauchzehen, gepresst
4 gehäufte TL Zucker

Weiterhin zum Anrichten:

1/2 Kopfsalat
1/2 Salatgurke
8 Stengel frische Pfefferminze
24 - 30 Reispapierhüllen,
Durchmesser ca. 16 cm

Zubereitung

Die Zwiebeln halbieren und in dünne Scheiben schneiden, 5 EL Reisessig darüber geben und Zwiebelscheiben marinieren.

Das Rindfleisch in sehr dünne, ca. 5 mal 3 cm große Scheiben schneiden. Mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

In einem Topf Wasser, die Tomatenstücke mit Saft, den Reisessig und die gehackten Knoblauchzehen zum Kochen bringen und 1/2 Std. leicht köcheln lassen. Dann das Rindfleisch portionsweise dazu geben und nur solange garen, bis es sich verfärbt.

Für die Dipsoße die Chilis der Länge nach halbieren und von den Kernen befreien, in dünne Ringe schneiden. Mit den übrigen Zutaten für die Dipsoße verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Statt frischer Chilis kann man notfalls auch getrocknete nehmen.

Die Salatblätter waschen und in dünne Streifen schneiden, die Salatgurke in Scheiben, und diese in Streifen schneiden, die Pfefferminze waschen.

Die Reispapierhüllen auf beiden Seiten gut mit Wasser bestreichen und, wenn sie weich sind, übereinander legen. Den Stapel mit Wasser beneten und bis zum Servieren mit Frischhaltefolie abdecken, damit die das Reispapier nicht trocknet.

Zum Servieren das Fleisch, die marinierten Zwiebelringe, Salatstreifen, Gurkenstreifen, Pfefferminzstengel und Reispapierhüllen auf Platten anrichten, dazu die Dipsoße stellen.

Jeder nimmt nun nach und nach eine Hülle, legt Fleisch, Salat, Gurke und Minze hinein, rollt es zusammen und dippt von der Soße.