Frühlingsrollen

Knusprig, würzige Frühlingsrollen in glutenfreier Variante!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei, eifrei

Für etwa 25 kleine Frühlingsrollen

Etwa 25 Reispapier – Blätter (Durchmesser 22cm)
100g Hähnchenbrustfilet fein gewürfelt
250g Weißkohl gehobelt
100g Zwiebel in feine Ringe geschnitten
100g Karotte in feine Streifen geschnitten
350g Hackfleisch gemischt oder vom Rind
3 EL Öl
Salz
Pfeffer
Chilipulver
3 EL Tamari (glutenfreie Sojasauce)

Etwa 1,5L Öl zum Frittieren

1. Hackfleisch in Öl bröselig anbraten. Weißkohl, Zwiebel, Karotte und Hähnchenbrustfilet zugeben und etwa 5 Minuten weiter braten.
2. Mit Salz, Pfeffer, Chilipulver und Tamari würzen. Abkühlen lassen.
3. Die Reispapier-Blätter einzeln, etwa eine Minute in heißes Wasser einlegen, herausnehmen und auf ein Geschirrtuch legen.
4. Jeweils einen Esslöffel der Füllung auf die Reispapier-

Blätter geben und aufrollen. Hierzu die Masse mehr an den Rand des Reispapiers legen und beim Aufrollen die Seiten mit einschlagen.
5. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Röllchen knusprig ausbacken. Nicht zu viele Röllchen auf einmal in den Topf geben, da diese leicht zusammenkleben.
6. Mit Tamari servieren.

Bild 1: Die Füllung auf die Reispapier-Blätter geben.

Bild 2: Gerollte Frühlingsrollen vor dem Frittieren.

Bild 3: Fertige Frühlingsrollen