



BioGourmet

Zutaten für 4 Portionen

12 Blätter Reispapier
200g Tofu
Ein Pak Choi
Eine Karotte
Eine mittlere Zucchini
Etwas frischer Koriander
1/2 TL Sambal Oelek von
BioGourmet
Etwas Bio-Soja-Sauce von Hans
Reisetbauer und Roland Trettl

Für die Sauce
4 EL Bio-Soja-Sauce von Hans
Reisetbauer und Roland Trettl
2 TL Korianderhonig von BioGourmet
1-2 TL Sambal Oelek von
BioGourmet

Außerdem
Etwas Sesamöl von BioGourmet
Etwas Sesam von BioGourmet
Frühlingszwiebel, in Ringe
geschnitten
Frischer Koriander

Spicy Rolls mit Sambal-Dip

Diese würzigen Reispapier-Päckchen werden in der Pfanne knusprig ausgebacken und zu einem Dip aus feiner Bio-Soja-Sauce und herrlich scharfem Sambal Oelek gereicht.

Zubereitung

Den Tofu in ein Geschirrtuch wickeln und mit einem schweren Gegenstand belegen, sodass das Wasser heraus gepresst wird. Anschließend in Scheiben schneiden. In einer Pfanne Sesamöl erhitzen, den Tofu goldbraun anbraten und zum Schluss mit einem Esslöffel Sojasoße ablöschen. Den Tofu vom Herd nehmen und in Stifte schneiden. Das Gemüse putzen und ebenfalls in Stifte schneiden, den Pak Choi in Streifen schneiden. Dabei das Grün beiseite nehmen. Das Gemüse ebenfalls in heißem Sesamöl anbraten, dabei die Blätter des Pak

Choi zuletzt in die Pfanne geben. Das Gemüse sollte noch knackig bleiben. Mit Sambal Oelek und wenig Sojasoße abschmecken.

Das Reispapier in warmem Wasser einweichen, dann mit Gemüse und Tofu füllen. Das Papier aufrollen und die Rollen in Sesam wälzen. Eine Pfanne gut erhitzen, Sesamöl hineingeben und die Rollen darin goldbraun braten. Alle Zutaten für die Soße mischen und mit Frühlingszwiebeln und Koriander zu den Rollen servieren.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Nachkochen!

Weitere Rezeptideen finden Sie auf www.bio-gourmet.com/rezepte