

Rezept

# Gefüllte Reispapier-Röllchen mit Garnelen

Ein Rezept von Gefüllte Reispapier-Röllchen mit Garnelen, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>8</b> Reispapierblätter (Asienladen)	<b>2</b> Möhren
<b>1 Stange</b> Lauch	<b>1 Stück</b> frischer Ingwer (2-3 cm)
<b>1 TL + 250 ml</b> Sonnenblumenöl	<b>150 g</b> vorgegarte Garnelen
Saft von 1 Limette	<b>2 EL</b> Korianderblättchen
<b>2 EL</b> Schnittlauchröllchen	Salz
Pfeffer	<b>2 TL</b> Sesamöl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** 8 Stück | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 95 kcal

## Zubereitung

1. Die Reispapierblätter in einer großen Schüssel nach Packungsangabe in Wasser einweichen. Die Möhren schälen und in feine Stifte schneiden. Lauch putzen, längs halbieren, waschen und quer in feine Streifen schneiden. Den Ingwer schälen und fein würfeln. 1 TL Öl in einer Pfanne erhitzen und Möhren und Lauch darin ca. 3 Min. bei mittlerer Hitze andünsten.
2. Garnelen, Limettensaft und Ingwer zugeben und alles mit Korianderblättchen, Schnittlauch, Salz und Pfeffer würzen. Ein Achtel der Gemüse-Garnelen-Mischung in die Mitte jedes Reisblatts setzen und mit Sesamöl beträufeln. Die Seiten der Reisblätter über die Füllung schlagen und die Blätter von unten nach oben aufrollen.
3. 250 ml Öl in einem kleinen Topf erhitzen und die Röllchen darin bei starker Hitze portionsweise je ca. 5 Min. goldbraun ausbacken.