

Rezept

Reisteigrollen

Ein Rezept von Reisteigrollen, am 07.11.2024

Zutaten

200 g Klebreis	Salz
1-2 Möhren (ca. 100 g)	1 kleiner Zucchini (ca. 100 g)
1/2 Stange Lauch	2 EL neutrales Pflanzenöl
8 Reisteigblätter (Asienladen)	8 TL Austernsauce
helle Sojasauce zum Dippen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 280 kcal

Zubereitung

1. Den Klebreis mit 350 ml Wasser und 1/2 TL Salz in einem hohen Topf zum Kochen bringen. Zugedeckt bei niedriger Temperatur ca. 10 Minuten leise kochen lassen, bis das Wasser aufgesogen ist. Den Herd abschalten, den Reis einmal durchrühren und zugedeckt ca. 20 Min. auf der warmen Herdplatte ausdämpfen lassen. Danach offen etwas auskühlen lassen.
2. Inzwischen Möhren und Zucchini putzen und waschen. Die Möhren schälen und mit dem Zucchini in dünne, ca. 5 cm lange Stifte schneiden. Den Lauch putzen, in ca. 5 cm lange Stücke schneiden, längs aufschlitzen, aufklappen und waschen.
3. 1 EL Öl im Wok erhitzen, die Möhrenstifte ca. 2 Min. darin braten und herausnehmen. Dann die Zucchini stifte ca. 1 Min. im Wok braten und ebenfalls herausnehmen.
4. Die Reisteigblätter einzeln in lauwarmem Wasser einweichen, nach ca. 2 Min. aus dem Wasser nehmen und mit Küchenpapier vorsichtig trockentupfen.
5. Jeweils 1 Stück Lauch in die Mitte eines Reispapierblattes legen. Ca. 1 EL Klebreis auf dem Lauchblatt verteilen und flach drücken. Darauf je 1-2 Streifen Möhren und Zucchini legen. Je 1 TL Austernsauce darauf verteilen. Nochmals 1 EL Klebreis darüber geben und flach drücken (Step 1), darauf 1 weiteres Lauchblatt legen. Die Seiten des Reisteigblattes über die Füllung klappen (Step 2), zusammenrollen (Step 3). Rollen etwas trocknen lassen.
6. Im Wok oder in einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen. Die Rollen darin eventuell portionsweise von allen Seiten in ca. 5 Min. goldgelb braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm halten. Mit heller Sojasauce zum Dippen servieren.