

Rezept

Süße Sommerrollen

Ein Rezept von Süße Sommerrollen, am 20.06.2026

Zutaten

125 g Milchreis	400 ml Kokosdrink
1/2 TL Vanille	4 Erdbeeren
1/2 Mango	1 Kiwi
Himbeeren	Zitronenmelisse
Passionsfrucht	1 Pk. Reispapier

Zutaten für den Fruchtdip

2 EL Ahornsirup	Saft einer halben Limette
------------------------	---------------------------

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 194 kcal, 2 g F, 3 g EW, 40 g KH

Zubereitung

1. Milchreis mit Kokosdrink und Vanille in einem Topf aufkochen und ca. 8 Minuten kochen lassen. Topf vom Herd ziehen und 5 Minuten abgedeckt ziehen lassen. Gelegentlich umrühren.
2. In der Zwischenzeit Obst abbrausen, abtrocknen, ggf. schälen und entkernen. Anschließend klein schneiden oder mit Ausstechformen portionieren.
3. Jedes Reispapier einzeln ca. 30 Sekunden in lauwarmem Wasser einweichen. Danach auf einem feuchten Teller ausbreiten, mittig die Früchte schichten und mit 1-2 Esslöffel Milchreis toppen. Anschließend das Reispapier an den Seiten über die Füllung schlagen und vorsichtig aufrollen.
4. Für den Dip Ahornsirup und Limettensaft vermengen und mit den Sommerrollen servieren.