

Rezept

Vietnamesische Reispapierrollen

Ein Rezept von Vietnamesische Reispapierrollen, am 11.05.2026

Zutaten

24 Blatt Reispapier (Ø 16 cm)	30 g chinesische Glasnudeln
6 Kopfsalatblätter	1/2 Bund Koriandergrün (ersatzweise Petersilie)
3 Zweige frische Minze	1 Minigurke (ca. 120 g)
2 dünne Frühlingszwiebeln	100 g gegartes Hähnchenfleisch
100 g geschälte und gegarte Shrimps	1 EL Fischsauce
Salz	Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen, ergibt 12 Stück: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 175 kcal

Zubereitung

1. Die Reisblätter einzeln in kaltem Wasser 30 Sek. einweichen. Nebeneinander auf feuchten Küchentüchern ausbreiten.

2. Die Glasnudeln überbrühen, 5 Min. ziehen lassen. Abgießen, abtropfen lassen und mit einer Schere kürzer schneiden. Salat waschen, dicke Rippen flach schneiden und Blätter halbieren. Kräuter waschen und trockenschütteln, Blätter abzapfen.

3. Gurke schälen, längs halbieren, entkernen und in feine Stifte schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in dünne Ringe schneiden. Fleisch in kleine Würfel schneiden, Shrimps abbrausen und abtrocknen. Glasnudeln, Fleisch, Garnelen, Gurken und Frühlingszwiebeln mit der Fischsauce, Salz und Pfeffer vermischen.

4. Je 2 Reispapierblätter aufeinander legen, je 1/2 Salatblatt darauf geben. Je 1 EL Füllung und einige Kräuterblätter in der Mitte verteilen. Blattränder darüber schlagen, von unten nach oben einrollen.