

Hier und heute



Sommerrollen mit mariniertem Tofu und Erdnusssoße

Julia Floß zeigt, wie man vegetarische Sommerrollen mit knackig frischem Gemüse, Kräutern und aromatischen Dips ganz einfach selbst macht.

Das Rezept

von Julia Floß für vier Portionen

Zutaten für die Sommerrollen

- 400 g Tofu, eher fest
- 2 EL Öl (z.B. Sonnenblumenkern- oder Erdnussöl)
- 2 EL Sojasoße
- 2 EL Ahornsirup
- Saft einer ½ Limette
- optional 1 TL Chilipaste (Gochujang)
- 1 kleine Knoblauchzehe, gepresst
- 1 kleines Stück Ingwer, gerieben
- optional ½ TL geröstetes Sesamöl
- ½ Gurke
- 1-2 Möhren
- ¼ weißer Rettich
- 1-2 Romanasalatherzen
- ¼ Bund Koriander
- 20 Stück Reispapier

Zutaten für die Erdnusssoße

- 150 g Erdnussbutter
- 1 ½ EL Sojasoße
- Saft einer ½ Limette
- 2 EL Ahornsirup
- optional 1-2 TL Chili-Öl
- 1 kleine Knoblauchzehe
- 1 kleines Stück Ingwer, gerieben

Zubereitung

Tofu abtupfen und in breite Streifen schneiden. Öl in einer breiten Pfanne erhitzen und den Tofu rundherum goldbraun anbraten.

In der Zwischenzeit die Marinade aus Sojasoße, Ahornsirup, Limettensaft, Chilipaste, Knoblauch, Ingwer und Sesamöl anrühren. Tofu in der Pfanne gut damit bedecken und kurz einköcheln lassen, bis eine zähe, glänzende Soße entstanden ist. Tofu samt Glasur beiseite stellen.

Gemüse waschen, eventuell schälen und in Streifen schneiden. Salat und Kräuter waschen, trocken schütteln und grob zupfen.

Das Reispapier mit wenig Wasser benetzen. Eine Mischung aus marinierten Tofu-Stücken, Gemüsestreifen, Salatblättern und Kräutern mittig auf den Reispapierblättern verteilen. Die Seiten einschlagen und aufrollen. Mit allen Reispapierblättern so verfahren.

Für die Erdnusssoße die Erdnussbutter nur leicht erwärmen und mit allen anderen Zutaten verrühren. Wenn die Soße zu dickflüssig ist, einfach mit etwas Wasser strecken.

Abschmecken und zu den Sommerrollen servieren.