

Kalte Frühlingsrolle mit Rind



Zutaten

250 Gramm Filet
1 Karotten
1 TL Salz
1 TL Zucker
1 Mango
1 Bund Peterli
1 Bund Sprossen
1 Stück Ingwer
1 rote Chilis (evtl.)
etwas Kresse
10 Reispapier

Für den Thai-Chili-Dip:

1 rote Chilis gehackt
2 Knoblauchzehen gepresst
1 TL Zucker
2 EL Reissessig
1 EL Zitronensaft
3 EL Fischsauce
etwas Wasser

Filet etwa 3 Minuten braten, dann wenden und von der anderen Seite weitere 2 Minuten braten.
Fleisch in Alufolie wickeln und auf die Seite stellen.

Karotten schälen, grob raspeln und mit Zucker und Salz mischen. Mango schälen und in Streifen schneiden. Peterli abzupfen und hacken. Ingwer schälen und hacken. Chili evtl. fein hacken. Kräuter, Ingwer und Chili mischen. Fleisch in Streifen schneiden. Kresse schneiden.

In eine Pfanne etwa 4 cm hoch Wasser füllen und das Wasser aufkochen. Je 1 Blatt Reispapier kurz ins kochende Wasser legen, herausnehmen und auf ein Brett oder Teller legen.

In die untere Mitte je etwas Möhre, Kresse, Mango und Filet legen, mit dem Kräuter-Mix bestreuen. Erst den unteren Rand nach oben über die Füllung legen, dann die Seitenränder darüber klappen und aufrollen. 9 Rollen formen und auf die Nahtstelle legen. Damit die Rollen nicht austrocknen, feuchte Kopfsalatblätter darauflegen.

Für den Dip alle Zutaten gut verrühren und mit den Frühlingsrollen zusammen servieren.