

Vietnamesische Sommerrollen



Sommerrollen sind eine traditionelle Speise, die zu Beginn des Sommers in Vietnam gegessen werden.

Das frische Gemüse mit Teriyakihähnchen und den Glasnudeln wirken in einem perfekten Miteinander im Mund, was durch die Minze zu einer reinen Geschmacksexplosion führt, der man sich einfach nur hingeben muss.

Zutaten

½ Salatgurke	Romanasalat
1 Bündel Minze	1 Karotte
500g Hähnchen	Glasnudeln
Teriyakisauce	Reispapier
(Alternativ zu Teriyakihähnchen geht auch Ebi)	



!Ihr solltet für jede Zutat eine eigene Schüssel haben!

1. Als aller erstes schälen wir die Salatgurke und entkernen sie. Danach halbieren wir sie noch einmal, um sie in schmale Streifen zu schneiden. *(Profitipp: Die Gurkenstreifen salzen und in einer Schüssel ziehen lassen, damit sie etwas Wasser verlieren. Danach einfach das Salz abwaschen!)*
2. Nun waschen wir Salat und Minze, damit diese auch in schmale Streifen geschnitten werden können.
3. Als nächstes schälen wir die Karotte, die wir danach auch halbieren und durch den Julienne-Schneider zu kleinen Stiften verarbeiten.



4. Nun scheiden wir das Hähnchen in kleine Stücke und braten es an, jedoch so, dass es keine braun angebratenen Stellen gibt. Dies kann man einfach vermeiden, in dem man das Hähnchen nach etwa 7 Minuten braten ohne die Teriyakisoße in dieser anbrät. Währenddessen kochen wir Wasser in einem Topf oder Wasserkocher.
5. Wenn das Hähnchen fertig ist, legen wir die Glasnudeln in das heiße Wasser bis sie durch sind. **Das heiße Wasser schütten wir nicht weg**, da wir darin unser Reispapier einweichen.
6. Ist das Reispapier eingeweicht, legen wir dieses auf ein Brett als Rollfläche. In die Mitte legen wir dann unsere Zutaten, bei denen wir jedoch auf die Dosierung achten müssen, denn falls die Rolle zu sehr gefüllt ist, unser Reispapier reißt. Danach falten wir die Rolle wie einen Burrito, bedeutet, dass wir die linke und rechte, sowie die untere Seite zur Mitte falten und diese dann nach Oben hin rollen.

Ăn ngon miệng nhé – *Guten Appetit*

