

## Frühlingsrollen mit Spitzkohl

### Zutaten

für 4 Portionen / ergibt 12 Rollen

#### für den Teig:

250 g Mehl  
3 Eier  
Salz

#### für die Füllung:

1 Frühlingszwiebel  
2 Möhren  
100 g Champignons  
6 Blatt Spitzkohl  
3 getrocknete Mu-Err-Pilze  
1 Knoblauchzehe  
100 g Sojasprossen aus dem Glas,  
abgetropft  
150 g Tofu  
2 EL Sojaöl  
2 EL Sojasauce  
Pfeffer & Salz  
geriebener Ingwer  
Koriander  
1 Eiweiß  
Sojaöl und Sojasauce zum Braten für die Fritteuse



### Zubereitung

Das Mehl mit den Eiern und dem Salz zu einem festen, geschmeidigen Nudelteig kneten. Den Teig kaltstellen, inzwischen die Füllungen für die Frühlingsrollen vorbereiten. Das Gemüse putzen und waschen. Die Mu-Err-Pilze waschen und in reichlich Wasser 15 Minuten kochen. Frühlingszwiebel quer in dünne Stücke, Karotten, Champignons und Spitzkohl in Streifen schneiden. Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln, den Tofu in kleine Stücke schneiden. Mu-Err-Pilze abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Öl erhitzen, das Gemüse, die Pilze und die Sojasprossen darin 2-3 Minuten andünsten, mit Sojasauce, Pfeffer, Salz, Ingwer und Koriander pikant würzen. Das Gemüse abkühlen lassen, Tofuwürfel unterheben. Den Teig dünn ausrollen und daraus 12 etwa 15 x 15 cm große Quadrate schneiden. Auf jedes Teigstück 3-4 EL von der Gemüse-Tofu-Füllung geben. Die Teigländer mit verrührtem Eiweiß bestreichen, darüber klappen und fest andrücken. In einer Fritteuse Öl erhitzen und die Frühlingsrollen darin bei 180 °C circa 4 Minuten goldgelb ausbacken. Sie können die Frühlingsrollen auch in einer Pfanne ausbacken, dann sollten Sie aber mindestens 1/4 l Öl verwenden, damit die Rollen in genügend Öl „schwimmen“. Die fertigen Frühlingsrollen mit Sojasauce servieren.

Dieses Rezept erhalten Sie auch als Rezeptkarte in der Obst- und Gemüse-Abteilung Ihres Combi Marktes.