



Mediterrane Summer Rolls mit Pacific Prawns und Zitronen-Parmesan-Dip

Zeitaufwand: 45 Min. / Schwierigkeit: Mittel

Zutaten

1 Pacific Prawns Original »

je 4 Stangen gegarter weißer und grüner Spargel

4 mittelgroße Tomaten

1 kleiner Bund Rucola

2 EL Olivenöl

Salz

Pfeffer

16 Reispapierblätter (à ca 8 g, 22 cm Durchmesser; Asialaden)

Basilikumblättchen

3 EL Mayonnaise

2 EL Naturjoghurt

1 Bio-Zitrone

2 EL frisch geriebener Parmesan

Zubereitung

1. Pacific Prawns nach Packungsanleitung auftauen, kalt abspülen und trocken tupfen. Prawns und Spargelstangen in etwa gleich große Stücke schneiden. Tomaten waschen, vierteln, entkernen und Fruchtfleisch würfeln. Rucola verlesen, waschen, trockenschleudern und zerzupfen. Garnelen und Spargel unter Wenden in heißem Öl anbraten. Tomaten und Rucola bis auf einige Blättchen zum Garnieren zugeben. Salzen und pfeffern und vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen.
2. Je 2 Reispapierblätter in kaltes Wasser tauchen und kurz einweichen. Abtropfen lassen, übereinander legen und je 1/8 der Füllung in die Mitte geben. 2 Reispapierseiten darüber klappen und quer fest aufrollen. Alle Summer Rolls so zubereiten und auf einer Platte mit übrigem Rucola und Basilikum anrichten.
3. Mayonnaise und Joghurt verrühren. Zitrone heiß

Chiliflocken

waschen, Schale fein abreiben und Frucht auspressen.

Mayonnaise mit Salz, Pfeffer, Zitronenschale und Parmesan verrühren. Mit etwas Zitronensaft und Chiliflocken abschmecken. Zu den Summer Rolls reichen.

Wichtiger Hinweis: Das Produkt vor dem Verzehr durcherhitzen!