

Vegetarische Rezepte

Chinarollen

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Kartoffel-, Gemüsegerichte

6	große Weißkohlblätter -(a 50 g) -Salz	50 g	Mungobohnensproßen
150 g	Frühlingszwiebeln	2 Essl.	Butter/Margarine -Pfeffer
1	Rote Paprikaschote	2 Essl.	Sojasoße

Die Kohlblätter halbieren, Blattrippen flach schneiden. Im kochenden Salzwasser 3 Min. vorgaren, abschrecken, ausbreiten und trocken tupfen. Zwiebeln in dünne Ringe, Paprika in feine Würfel schneiden.

Zwiebeln und Paprika mit den Sprossen 3 Min. in der Hälfte des Fetts dünsten. Mit Salz, Pfeffer und mit der Hälfte der Sojasoße würzen.

Kohlblätter salzen, mit dem Gemüse belegen, einrollen und mit Holzstäbchen feststecken.

Mit der anderen Hälfte des Fetts und der restlichen Sojasoße zugedeckt 10 Min. bei schwacher Hitze schmoren, zwischendurch wenden.

Dazu passt süß-pikante Chilisaucе aus dem Glas.