

Streetfood-Rezepte Sommerrollen, Gemüse-Sticks, Wraps und Grießpudding

Björn Freitag präsentiert einige schmackhafte Streetfood-Rezepte zum Nachmachen. Genuss garantiert!

Vietnamesische Sommerrollen

Zutaten für 4 Personen

- 10 Blätter Reispapier (circa 20 Zentimeter Durchmesser)
- 250 Gramm Reismudeln
- 2 Möhren
- 1 Salatgurke
- 1 Paket Zuckerschoten
- 150 Gramm Sojasprossen
- 1 Eisbergsalat
- 1 Bund Koriander
- 1 Bund Thaibasilikum



Zubereitung

- Weichen Sie das Reispapier kurz in kaltem Wasser ein. Dabei sollten Sie darauf achten, alle Blätter einzeln einzuweichen, da diese sonst zusammenkleben.
- Während Sie die Reismudeln circa 3 Minuten kochen lassen, können Sie parallel dazu die Zuckerschoten und Cashewkerne hacken
- Schneiden Sie außerdem den Eisbergsalat längs in Streifen
- Nun können Sie mit dem Befüllen beginnen: Dazu belegen Sie ein Reispapier mittig mit einem Streifen Salat, einigen Sojasprossen und Reismudeln. Anschließend etwas Koriander, sowie Möhren und Gurkenstreifen drauflegen.
- Nehmen Sie nicht zu viele Zutaten, da sich die Blätter sonst schlecht einrollen lassen. Falls Sie eine nicht-vegetarische Variante bevorzugen, können Sie noch Hähnchenfleisch oder Gambas hinzugeben.

Dip für die vietnamesischen Sommerrollen

Zutaten

- 1 Esslöffel Chilisoße süß-sauer
- 2 Orangen
- unbehandelte Cashewkerne
- Schuss Öl

Zubereitung

- Orangen auspressen, mit einem Esslöffel Chilisoße süß-sauer und einem Schuss Öl mischen
- ca. eine Handvoll Nüsse hacken und dazugeben
- Alles verrühren. Fertig!

Gemügesticks aus Kohlrabi, Karotte und Sellerie

Zutaten für 4 Personen

- 2 Kohlrabis
- 2 Karotten
- 1 Stauden-Sellerie
- Gemüse in Sticks schneiden

Dip mit Fetakäse

- 300 Gramm Joghurt
- 1 Packung Fetakäse
- 1 Esslöffel Schmand
- 20 Gramm Schnittlauch

Zubereitung

- Fetakäse krümelig stampfen
- Schnittlauch klein schneiden, mit Joghurt und Schmand vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken

Paprikadip

Zutaten

- 250 Gramm Joghurt
- 1 Esslöffel Schmand
- 2 Esslöffel Paprikapaste
- Prise Salz

Zubereitung

- Vermischen Sie alle Zutaten miteinander und schmecken Sie die Masse mit Salz ab.

Gehobelter Rettich „Asia Style“

Zutaten

- 1 Rettich
- 100 Milliliter Reisessig
- 500 Milliliter Rotebeete-Saft
- 1 Prise Salz
- Zucker nach Belieben

Zubereitung

- Rettich in feine Scheiben hobeln
- Anschließend ungefähr 100 Milliliter Reisessig und 500 Milliliter Rotebeete-Saft in einer Schüssel vermischen, Rettich hinzugeben und mit Salz und Zucker würzen
- Zum Schluss mit einem Löffel verrühren

Wraps mit Mango-Avocado Creme und Hähnchenfleischfüllung

Zutaten für 4 Personen

- 250 Gramm Mehl
- 100 Milliliter Wasser
- 250 Milliliter Milch
- 1 Teelöffel Zucker
- 1 Teelöffel Salz
- 1 Esslöffel Öl
- 250 Gramm Hähnchenfleisch



Zubereitung

- Geben Sie die Zutaten nacheinander in eine Schüssel und verrühren Sie alles mit einem Handmixer
- Nun geben Sie etwas Öl in eine Pfanne, sobald es erwärmt ist, können Sie einen Schuss des Teigs hineingeben
- Achten Sie darauf, nicht zu viel Teig zu verwenden. Ansonsten werden die Wraps zu dick.
- Hähnchenfleisch in kleine Scheiben schneiden, mit etwas Öl in der Pfanne anbraten und zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen

Mango-Avocado-Pistazien-Füllung

Zutaten

- 1 Avocado
- Etwas Zitronensaft
- 1 Mango
- 2 Messerspitzen Wasabi-Paste
- 10 Blätter Basilikum
- Etwas Chilisoße
- 10 Blätter Petersilie
- 1 Handvoll Pistazien (ungesalzen, geschält)

Zubereitung

- Avocado entkernen, auslöffeln und in Schüssel geben
- Mit etwas Zitronen- oder Limettensaft beträufeln, damit die Avocado nicht braun wird.
- Eine halbe Mango schälen, klein schneiden und unterheben. Etwas Chilisoße hinzugeben.
- Petersilie, Basilikum sowie die Pistazien kleinhacken und ebenfalls hinzugeben. Zum Schluss circa 2 Messerspitzen Wasabi-Paste dazugeben und alles gut verrühren.
- Legen Sie nun den fertigen Wrapteig auf Alufolie
- Diesen anschließend mit Mango-Avocado-Creme und Hähnchenfleisch befüllen und mit Hilfe der Alufolie einrollen
- Spannung halten und die Folie am Ende verdrehen. Mittig durchschneiden, sodass die Wraps direkt aus der Folie verzerrt werden können.

Erdbeeren mit Grießpudding und Minzpesto

Zutaten für 4 Personen

- 1 Ei
- 1 Liter Milch
- 2 Esslöffel Zucker (nach Bedarf geht auch Vanillezucker)
- 1 Teelöffel Zitronenabrieb
- 1 Prise Salz
- 125 Gramm Weichweizengrieß



Zubereitung

- Beginnen Sie damit, das Ei zu trennen und das Eiweiß zu festem Eischnee zu schlagen
- Nun das Eigelb mit zwei Esslöffeln Milch glatt rühren. Die Milch mit Zucker, abgeriebener Zitronenschale und Salz zum Kochen bringen.
- Unter Rühren den Weichweizengrieß einstreuen und noch einmal Aufkochen lassen
- Dann nehmen Sie bitte den Topf vom Herd
- Das Eigelb unter die heiße Grießmasse rühren, den Eischnee unterheben
- Serviergläser oder Förmchen mit kaltem Wasser ausspülen und füllen Sie Grießmasse ein

Minzpesto

Zutaten

- 15 Gramm gehackte Mandeln
- 5 Stiele Minze
- 3 Stiele Thai-Basilikum
- 30 Gramm Pistazien
- 4 Teelöffel Honig
- 2 Esslöffel Limettensaft
- 5 Esslöffel Trauben Kernöl
- Salz

Zubereitung

- Mandeln in einer Pfanne ohne Öl rösten. Minze und Basilikum abzupfen. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und fein mixen (am besten eine hohe Schüssel verwenden, da es spritzt).
- Die fertige Minzpesto über den Grießbrei geben
- Erdbeeren kleinschneiden und hinzuschütten
- Das Ganze eine Stunde lang im Kühlschrank abkühlen
- Kurz vorm Servieren noch einen kleinen Schuss Milch hinzugeben