



Stressfreie Summerrolls

Zutaten

Eine Packung Reismudeln

1 Gurke

½ Rotkohl

2 Karotten

2 Paprika

1 Frühlingszwiebel

200g Edamame

Handvoll Erdnüsse

Dressing:

½ Tasse Erdnussbutter ohne Stückchen

100ml Sojasoße

1 Knoblauchzehe

1 EL Reisessig

1 EL Dattelsüße

Saft einer halben Zitrone

Zubereitung

Die Reismudeln werden nach Packungsangabe gegart, anschließend kalt abgespült, kurz abgetropft und abgekühlt. In der Zwischenzeit wird das Gemüse sehr fein vorbereitet: Gurke, Rotkohl, Karotten, Paprika und Frühlingszwiebeln werden klein geschnitten. Danach werden die vorbereiteten Zutaten mit den abgekühlten Reismudeln in einer Schüssel vermischt und mit den gehackten Erdnüssen bestreut. Für das Dressing wird die Erdnussbutter mit der Sojasauce und dem Reisessig, der Dattelsüße, dem Zitronensaft und der geriebenen Knoblauchzehe püriert, anschließend wird das Dressing über den Salat gegeben und alles gut durchgemischt, bevor der Salat serviert wird.

Guten Appetit!