

# Johann Lafer | Reisröllchen mit Mango, Garnelen und scharfer Limetten-Sauce

---

 [happy-mahlzeit.com/2021/09/08/johann-lafer-reisröllchen-mit-mango-garnelen-und-scharfer-limetten-sauce](https://happy-mahlzeit.com/2021/09/08/johann-lafer-reisröllchen-mit-mango-garnelen-und-scharfer-limetten-sauce)

## Zutaten für 2 Personen

### Für die Röllchen:

- 6 Blätter Reispapier
- 1 Mango
- 1 kleine Salatgurke
- 6 Riesengarnelen, küchenfertig ohne Schale
- 1 EL Olivenöl
- 2 EL Sojasauce
- 2 Stiele Minze
- 2 Stiele Koriander
- 1 TL Schwarzkümmel
- 1 TL Sesam
- 1 junger Mangold
- 1 Handvoll junger Spinat
- 1 TL Sesamöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

### Für die Sauce:

- 1 Limette
- 1 rote Chilischote
- 1 Knoblauchzehe
- 1 cm frische Ingwerwurzel
- 1 kleine Lauchzwiebel
- 3 EL Fischsauce
- 1 TL Zucker

### Zubereitung:

Für die Sauce die Chilischote waschen, entkernen und in feine Ringe schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und klein würfeln. Lauchzwiebel putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Limette heiß waschen, trockentupfen und die Schale fein abreiben. Limette halbieren und auspressen. Fischsauce mit Limettensaft, Limettenschale und Zucker verrühren. Chili, Knoblauch, Ingwer und Zwiebelringe zugeben, verrühren und durchziehen lassen.

Die Mango schälen, das Fruchtfleisch seitlich vom Kern schneiden und in schmale Streifen schneiden. Die Gurke waschen, schälen, halbieren, das Kerngehäuse mit einem Löffel auskratzen, das Fruchtfleisch in 10 cm lange, dünne Streifen schneiden.

Garnelen in einer Pfanne im heißen Olivenöl von beiden Seiten kurz anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sojasauce zugeben, unterschwenken und beiseite stellen. Anschließend längs halbieren.

Reisblätter kurz in warmes Wasser tauchen und auf ein feuchtes Küchentuch legen, bis sie weich und geschmeidig sind. Im unteren Drittel Mango, Gurke und je 2 Garnelenhälften verteilen. Mit Minze- und Korianderblättchen belegen. Das Reisblatt von unten und den Seiten her über die Füllung schlagen und aufrollen. Wie beschrieben 6 Reiseröllchen zubereiten.

Mangold und Spinatblätter mit Sesamöl und 2 TL Limetten-Sauce mischen und mit den Reiseröllchen auf einer Platte anrichten. Mit Schwarzkümmel und Sesam bestreuen. Die übrige Limetten-Sauce dazu servieren.

Rezept: Johann Lafer

Quelle: Die Küchenschlacht vom 23. September 2016

Episode: Finale / Final-Vorspeise