



VEGANE FRÜHLINGSROLLE MIT AVOCADO, BLUMENKOHL UND JUNGER LATTICH, KAROTTEN-DIP MIT LIMETTENKAVIAR

Zutaten für 10 Personen

Vegane Frühlingssrolle

Avocado	6 Stück
Getrocknete Tomaten	200 g
Schalotten	100 g
Knoblauch, frisch oder fermentiert	15 g
Koriander	5 g
Chili	5 g
Zitrone	2 Stück
Frühlingssrollen Teigblätter	20 Stück

Blumenkohl und junger Lattich

Junger Lattich	10 Stück
Orangensaft	200 ml
Zucker	20 g
Cashewkerne	25 g
Blumenkohl, kleine Köpfe	2 Stück

Karotten-Dip mit Limettenkaviar

Karotten	300 g
Knoblauch	20 g
Zwiebel	80 g
Ingwer, frisch	10 g
Limettenkaviar / Fingerlimes	4 Stück
Salz, schwarzer/weisser Pfeffer aus der Mühle	

Vegane Frühlingssrollen: Die Avocados halbieren, den Kern entfernen, das Fruchtfleisch vorsichtig herauslösen und in kleine Würfel schneiden. Die getrockneten Tomaten klein schneiden. Chili, Schalotten und Knoblauch fein hacken. Alle Zutaten mit Zitronensaft vermischen. Jeweils ein Teigblatt mit einer Spitze zum Körper einzeln ausbreiten. An das untere Ende etwas Füllung setzen. Den unteren Spitz eng über die Füllung schlagen, die Enden rechts und links einklappen und den Teig zu einer festen Rolle einrollen. Das spitze Ende mit etwas Wasser befeuchten, damit es besser hält. Die Frühlingssrollen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im Backofen bei 200 °C für ca. 15 Minuten im vorgeheizten Backofen knusprig backen oder goldgelb frittieren.

Blumenkohl und junger Lattich: Den Blumenkohl in 5 mm dicke Scheiben schneiden, in einer Bratpfanne mit den Cashewkernen langsam goldgelb braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Bis zum Anrichten warm stellen. Den jungen Lattich vierteln und scharf anbraten, mit dem Zucker bestreuen und anschliessend mit dem Orangensaft ablöschen. Kurz reduzieren und sofort mit den restlichen Komponenten anrichten.

Karotten-Dip mit Limettenkaviar: Karotten, Zwiebeln, Knoblauch und Ingwer klein schneiden und in etwas Öl anschwitzen. Mit Weisswein oder Wasser ablöschen und unter geschlossenem Deckel weichkochen. Anschliessend mixen bis eine glatte Struktur entsteht. Für mindestens 30 Minuten kaltstellen. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken und die ausgekratzten Segmente vom Limettenkaviar unterheben.