

# Sommerrollen mit Huhn und Spargel

Gesamtzeit **30 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit 20 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**1.549 kJ / 370 kcal**

Fett: **20 g** Eiweiß: **28 g**  
Kohlenhydrate: **15 g**

## ZUTATEN

2 Portion(en)

|                |                                                   |
|----------------|---------------------------------------------------|
| <b>200 g</b>   | Hühnerbrust                                       |
| <b>4 EL</b>    | <u>Kikkoman scharfe<br/>Chilisauce für Kimchi</u> |
| <b>3 TL</b>    | <u>Kikkoman natürlich<br/>gebraute Sojasauce</u>  |
| <b>1 EL</b>    | Pflanzenöl                                        |
| <b>1 TL</b>    | Butter                                            |
| <b>1</b>       | Schalotte                                         |
| <b>4</b>       | Eier                                              |
| <b>1 Prise</b> | Pfeffer                                           |
| <b>2 EL</b>    | Frühlingszwiebeln,<br>gehackt                     |
| <b>8</b>       | Stangen grüner Spargel                            |
| <b>8</b>       | Reispapierblätter                                 |
| <b>20 g</b>    | Rucola                                            |
| <b>2 EL</b>    | Schlagobers                                       |
| <b>1 TL</b>    | Zitronensaft                                      |

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

**200 g** Hühnerbrust - **2 EL** Kikkoman scharfe  
Chilisauce für Kimchi - **2 TL** Kikkoman natürlich  
gebraute Sojasauce - **1 EL** Pflanzenöl

Die Hühnerbrust in dünne Streifen schneiden. Mit Kikkoman Chilisauce für Kimchi, Kikkoman Sojasauce und Pflanzenöl vermischen. Etwa 15 Minuten ziehen lassen, dann in einer Pfanne goldbraun anbraten. Zum Abkühlen beiseitestellen.

### Schritt 2

**1 TL** Butter - **1** Schalotte - **4** Eier - **1 TL** Kikkoman  
natürlich gebrauchte Sojasauce - **1 Prise** Pfeffer - **2  
EL** Frühlingszwiebeln, gehackt

Schalotte hacken. Eier in einer Schüssel verquirlen und mit Kikkoman Sojasauce und Pfeffer würzen. Die Butter in einer Bratpfanne erhitzen und die Schalotte 1 Minute anbraten. Die Eier hineingeben, etwas rühren und stocken lassen, bis sie cremig sind, aber nicht zu trocken. Mit den Frühlingszwiebeln bestreuen und zum Abkühlen beiseitestellen.

### Schritt 3

**8** Stangen grüner Spargel - **8** Reispapierblätter - **20 g** Rucola

Den Spargel putzen und die harten Enden abschneiden. In kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, dann kurz in kaltes Wasser tauchen. Die Reispapierblätter in warmem Wasser einweichen und vorsichtig abtupfen. Rucola, Eier, Spargel und Hühnerbrust auf den Reispapierblättern verteilen und jedes Blatt fest aufrollen.

#### **Schritt 4**

**2 EL** Kikkoman scharfe Chilisaucе für Kimchi - **2 EL**

Schlagobers - **1 TL** Zitronensaft

Kikkoman Chilisaucе für Kimchi, Schlagobers und Zitronensaft in einer Schüssel glattrühren.

Die Sommerrollen mit dem Dip servieren.