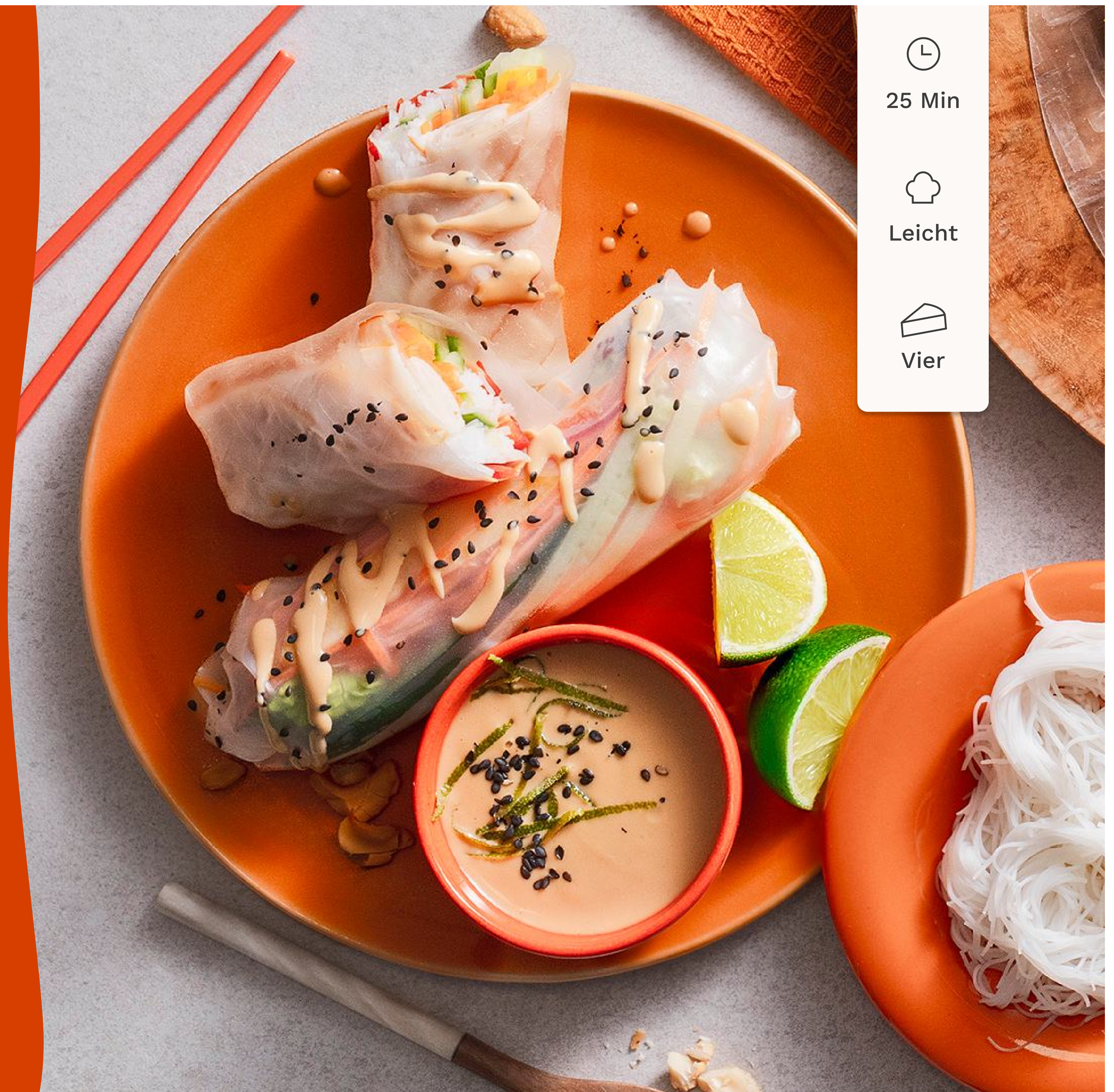


Knackige Sommerrollen mit Herta Finesse Hähnchenbrust ofengebacken

Heute gibt's die locker leichte Spezialität mit dem gewissen Extra: Denn unser fettarmes Hähnchenbrustfleisch ist zwischen Glasnudeln und Reispapier das saftig-zarte Highlight der Sommerrollen.



25 Min
Leicht
Vier

Zutaten

300 g Herta Finesse Hähnchenbrust ofengebacken

GETREIDE & HÜLSENFRÜCHTE

Reispapier
100 g Glasnudeln (optional)

OBST & GEMÜSE

Römersalat
Gemüse (Karotten, Paprika, Gurke)

ÖL & ESSIG

3 EL Erdnussbutter (cremig)
2 EL Sojasauce
1 EL Reisessig
1 TL Honig oder Ahornsirup
1 TL Limettensaft
1 TL Sriracha (optional)

GEWÜRZE

Salz
Pfeffer

Anleitung

1. SCHRITT

Dressing zubereiten: In einer kleinen Schüssel die **Erdnussbutter, Sojasauce, Reisessig, Honig, Limettensaft** und optional **Sriracha** verrühren. Nach und nach warmes **Wasser** dazugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

2. SCHRITT

Salat, Paprika und **Gurken** waschen, die **Möhre** schälen und das Gemüse in feine Stifte schneiden.

3. SCHRITT

Die **Reispapierblätter** nach Anleitung in lauwarmem Wasser einweichen.

4. SCHRITT

Reispapier auslegen. Jeweils mit einem Salatblatt, **Herta Finesse Hähnchenbrust** ofengebacken, Gemüse und optional **Glasnudeln** belegen.

5. SCHRITT

Das Reispapier vorsichtig über die Füllung falten, die Seiten einklappen und aufrollen.

6. SCHRITT

Sommerrollen mit Dip servieren.

GUTEN APPETIT

Nährwerte pro Portion

Energie	328 kcal
Fett	6 g
Kohlenhydrate	47 g
Eiweiß	20 g