

# Friske forårsruller med teriyaki-aubergine

Samlet tid **30 min.** 20 min. Arbejdstid 10 min. Tilberedningstid

Næringsindhold:  
**1675 kJ / 400 kcal**

Fedt: **14,3 g** Protein: **10,7 g**  
Kulhydrater: **54,2 g**

## INGREDIENSE

### R

#### 4 Portioner

#### Til teriyaki-auberginen:

- 1** stor aubergine
- 3 spsk.** planteolie
- 100 ml** Kikkoman Teriyaki Marinade
- 1 spsk.** lys sukkersirup (eller evt. agavesirup)
- 1 spsk.** sesamolie

#### Til fyldet:

- 1** rød peberfrugt
- 1** stor gulerod
- 0,5** agurk
- 1** hjertesalat
- 1 bundt** frisk mynte
- 12 stk.** rispapir
- 150 g** kogte risnudler

#### Til saucen:

- 1** fed hvidløg
- 100 ml** Kikkoman Teriyaki Marinade
- 2 tsk.** sesam
- 3 spsk.** limesaft
- 1 spsk.** lys sukkersirup (eller evt. agavesirup)
- 1 spsk.** forårsløg snittet i ringe

## FREM GANGSMÅDE

### Step 1

Teriyaki-aubergine: Skyl auberginen, skær toppen af, og skær auberginen i tern (ca. 1 x 1 cm). Varm planteolien op på en pande ved høj varme. Steg aubergineternene på alle sider i olien, og tag dem af panden. Skru ned for varmen, og kog panden af med Teriyaki marinade, sirup og sesamolie. Lad blandingen koge op, tilsæt aubergineternene, og lad dem simre i 3-4 minutter. Dryp auberginerne med skysovsen med jævne mellemrum.

### Step 2

Fyld: Skyl peberfrugterne, skær dem igennem på langs, og fjern toppen og kernerne. Skyl og skræl guleroden. Skyl agurken, og skær stilken af. Snit grøntsagerne i meget fine strimler. Pluk og skyl salaten og myntebladene, og slyng dem tørre.

### Step 3

Dyp rispapiret kort i varmt vand, og læg stykkerne enkeltvis på et fugtigt viskestykke. Læg 1 salatblad, risnudler, teriyaki-auberginer, grøntsagsstrimler og mynte på hvert stykke rispapir. Rul rispapiret forsigtigt sammen, og skær rullerne over på midten.

### Step 4

Sauce: Pil og pres hvidløget, og rør det sammen med Teriyaki marinaden, sesamfrøene, limesaften, siruppen og de snittede forårsløg. Server saucen som dip til de friske forårsruller.

