

## Vegetarische Chinese mini-loempia's / Vegetarian Chinese Mini Spring Rolls



### Boodschappenlijst

- |                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| 2 eetlepels Arachide olie            | 4 lente-uien                             |
| stukje verse gember, 2 cm            | 125 gram tauge                           |
| 1 teentje knoflook                   | 1 kleine paksoi (de blaadjes)            |
| 150 gram verse shitake paddenstoelen | 1 wortel                                 |
| 1 eetlepel natrium-arme sojasaus     | 1 rode paprika                           |
| 1 theelepel five spice poeder        | snuf zeezout                             |
| 1 eetlepel Hoisin saus               | versgemalen peper                        |
| 1 pakje loempia vellen               | 1 klein vrije uitloop bio-ei, losgeklopt |
| plantaardige olie, om in te frituren | zoete chili saus, om te serveren         |

### Zo maak je vegetarische Chinese loempia's

Rasp de gember en pers de knoflook.

Borstel de shitake schoon en snij ze in plakjes,

Bak de gember en knoflook in 1 theelepel olie, bak na 1 minuut de paddenstoelen mee.

Kruidt de paddenstoelen met 1 theelepel 5 spice, voeg hoisin en sojasaus toe.

Bak het mengsel in totaal 1-2 minuten, voeg op het eind een scheutje water toe, voor de stoom.

Zet de paddenstoelenmix opzij en laat het helemaal afkoelen.

Snij de groenten in lucifers, was en droog ze, schep de groenten door de koude paddenstoelenmix.

Kruid de groentemix met zout en peper en een eetlepel sojasaus.

## Vegetarische Chinese mini-loempia's / Vegetarian Chinese Mini Spring Rolls

Laat het deeg net ontdooien, let op dat het niet uitdroogt dan kun je het niet meer vouwen!

### **Verhit de olie tot 180°C**

Schep de groenten op de deegvellen, gebruik 2 vellen deeg per loempia.

Klop het ei los en plak de loempia's er stevig mee dicht, ze zijn nu klaar om te frituren.

Bak de loempia's 5 - 6 minuten, draai ze halverwege en laat ze uitlekken op keukenpapier.

### **Serveer de Chinese mini-loempia's met de zoete chilisaus er bij.**

**Tip!** Je kunt de loempia's ook van te voren maken.

Maak ze klaar en zet ze dan in de ijskast onder een vochtige theedoek tot je ze gaat frituren.

## Vegetarische Chinese mini-loempia's / Vegetarian Chinese Mini Spring Rolls



### Shopping list

2 tablespoons arachide oil

piece of fresh ginger, 2 cm

1 garlic clove

150g fresh shitake mushrooms

1 tablespoon low-sodium soy sauce

1 teaspoon five spice powder

1 tablespoon Hoisin sauce

1 pack spring roll wrappers

vegetable oil, for frying

4 spring onions

125 grams bean sprouts

1 small bok choy (the leaves)

1 carrot

1 red bell pepper

pinch sea salt

freshly ground pepper

1 small free-range organic egg, beaten

sweet chili sauce, to serve

### How to make vegetarian spring rolls

Grate the ginger and crush the garlic, brush the shitake clean and cut into slices.

Fry the ginger and garlic in 1 teaspoon of oil, after 1 minute add the mushrooms.

Season the mushrooms with 1 teaspoon of 5 spice, add the tablespoons hoisin and soy sauce.

Bake the mixture for a total of 1-2 minutes, adding a splash of water at the end for the steam.

Set the mushroom mixture aside and let it cool completely.

Cut the vegetables into matchsticks, wash and dry them.

Toss the vegetables through the cold mushroom mix.

Season the vegetable mix with salt and pepper and a tablespoon of soy sauce.

## Vegetarische Chinese mini-loempia's / Vegetarian Chinese Mini Spring Rolls

Let the dough just thaw, make sure it doesn't dry out, because then you can't fold it anymore!

### **Heat the oil to 180°C**

Spoon the vegetables onto the dough wrappers, use 2 sheets of dough per spring roll.

Beat the egg and seal the spring rolls tightly with it, they are now ready for frying.

Bake the spring rolls for 5 - 6 minutes, turn them halfway and let them drain on kitchen paper.

### **Serve the Chinese mini spring rolls with the sweet chili sauce on the side.**

**Tip!** You can also make the spring rolls in advance. Prepare them and then put them in the fridge under a damp tea towel until you are ready to fry them.