Thailändische Frühlingsröllchen
Poh Pia Tod

Thailändische Frühlingsröllchen, auch bekannt als Poh Pia Tod, sind eine beliebte Vorspeise in der thailändischen Küche. Sie bestehen aus einer knusprigen Teighülle, die mit einer Mischung aus Fleisch, Gemüse und Glasnudeln gefüllt ist.
Typische Zutaten sind Reispapier oder speziellen Frühlingsrollenteigblättern, für die Füllung Hackfleisch (Schwein oder Huhn), Glasnudeln, Mungbohnensprossen, Karotten, Pilze (z.B. Mu-Err-Pilze), Knoblauch und Frühlingszwiebeln.
Für die Sauce Sojasauce, Austernsauce, Fischsauce, Zucker und Pfeffer.
Die Frühlingsrollen werden oft mit einer süß-sauren Chilisauce serviert und sind ein perfektes Fingerfood für Partys oder als Vorspeise.

Herkunft: Thailand
Kategorie: Beilagen, Schweinefleischgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 30 Minuten
Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

30 Blätter Reispapier
4 Winterpilze / Shiitake
100 g Glasnudeln
200 g Schweinefleisch
1 TL Kartoffelmehl
4 EL Reiswein
2 EL Öl zum Anbraten
1 EL Sesamöl
2 Zehen(n) Knoblauch
2 cm Ingwer
2 Frühlingszwiebel(n)
2 Chilischote(n)
50 g Spinat
½ TL Zucker
1 Prise Pfeffer
2 EL Fischsauce
3 EL Reiswein
500 ml Öl zum Frittieren

Für die Sauce

3 EL Fischsauce
3 EL Zitronensaft
3 EL Wasser
4 cm Ingwer
4 Zehen(n) Knoblauch
1 Karotte(n)
1 Chilischote(n) rot

© 2026 coquina.de

1 Chilischote(n) grün
1 Prise Zucker

Vorbereitung

Den Knoblauch und Ingwer schälen und fein hacken. Die Frühlingszwiebeln waschen, abtupfen und die grünen und weißen Teile quer in dünne Scheiben schneiden. Die Chili je nach Geschmack entkernen und hacken (Hände waschen nicht vergessen!). Den Spinat waschen und in Streifen schneiden. Die Reispapierblätter nebeneinander auf der Arbeitsfläche auslegen, mit Wasser einsprühen und einweichen, bis sie nicht mehr transparent, sondern weiß wirken. Die Pilze und Glasnudeln jeweils mit kochendem Wasser überbrühen und ebenfalls weichen lassen. Nach dem Einweichen (etwa ½ Stunde lang) die Stiele aus den Pilzen drehen. Hüte in Streifen schneiden. Das Fleisch quer in feine Scheiben, diese längs in dünne Streifen schneiden, mit Stärke einreiben und mit Reiswein tränken. Kurz ziehen lassen. Die Sauce vorbereiten: Ingwer, Knoblauch, Karotte, Chili sehr fein hacken, in vier Portionen aufteilen und mit Fischsauce, Zitronensaft, Wasser und Zucker anrühren.

Zubereitung

Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Ingwer darin anbraten, das Fleisch hinzufügen und rasch eine Minute braten. Pilze, Glasnudeln, Frühlingszwiebeln, Chilis, Spinat dazugeben. Nun auf starkem Feuer mischen, mit den übrigen Zutaten würzen. Abkühlen lassen. Jeweils einen guten EL von der Füllung auf eine Hälfte der Reispapierblätter setzen. Papier über der Füllung zusammenschlagen und nicht zu fest aufrollen. Darauf achten, dass nichts herausquellen kann. Die Röllchen schwimmend in heißem Öl goldbraun frittieren. Auf Salatblättern mit Fischsauce servieren.

© 2026 coquina.de