Frühlingsrollen
Lumpia

Die Lumpia (niederländische Schreibweise: Loempia, Aussprache immer mit u!) ist die indonesische Version der chinesischen Frühlingsrolle. Auch das Wort stammt aus einem südchinesischen Dialekt, und Lun Pia bedeutet dort »weicher Pfannkuchen«.

Herkunft: Indonesien
Kategorie: Beilagen, Fleischgerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 30 Minuten
Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

Für die Hüllen
5 Ei(er)
375 ml Wasser
½ TL Salz
2 EL Öl
250 g Weizenmehl

Für die Füllung
3 EL Mu-Err-Pilze getrocknet
250 g Paksoi
100 g Bambussprossen
1 Zwiebel(n)
3 Frühlingszwiebel(n)
2 EL Öl
1 EL Sesamöl
2 cm Ingwer
4 Zehen(n) Knoblauch
250 g Rinderhack
150 g Bohnensprossen
1 EL Reiswein
1 EL Sojasauce
1 Prise Pfeffer
1 Prise Zucker
1 Prise Salz

Vorbereitung

Zunächst für den Teig die Eier mit dem kalten Wasser verquirlen, dabei aber nicht schaumig schlagen. Das Salz, Öl und schließlich Mehl hinzufügen und so lange mit dem Rührbesen schlagen, bis sich alles zu einem glatten Teig verbunden hat. Eine halbe Stunde quellen lassen. Den Knoblauch schälen und hacken.

Zubereitung

In einer möglichst beschichteten Pfanne von 18 - 20 cm Durchmesser äußerst dünne Crêpes

© 2026 coquina.de

backen. Die Pfanne dafür mit Öl auspinseln, doch die Crêpes blaß halten. Dies kann bereits am Vortag geschehen. Die Teighüllen aufeinandergestapelt, in Folie verpackt, vor dem Austrocknen schützen. Für die Füllung die Pilze mit kochendem Wasser überbrühen, eine halbe Stunde einweichen. In der Zwischenzeit den Kohl und die Bambussprossen in schmale Streifen schneiden. Die große Zwiebel fein hacken, die Frühlingszwiebeln in 1 cm breite Ringe schneiden. Die Pilze grob hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen. Ingwer und Knoblauch mit der fein gehackten Zwiebel darin andünsten. Das Fleisch hinzufügen und auf starkem Feuer nunmehr krümelig braten. Dabei ständig rühren, damit nichts ansetzt oder zu braun wird. Die Pilze, Kohl und Bambus dazugeben. 1 Minute unter Rühren braten, bevor Bohnensprossen und Frühlingszwiebeln hinzugefügt werden. Schließlich mit Sherry, Sojasauce, Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Nochmals auf starkem Feuer unter Rühren alles mischen und beiseite stellen. Bevor serviert werden soll, je 2 gut bemessene EL Füllung in die Hüllen geben, dabei zunächst rechts und links einen Rand einschlagen, bevor die Hülle über die Fülle geklappt und der Crêpe aufgerollt wird. Die Rollen sollten etwa 12 cm lang und 5 - 6 cm breit sein und überall gut geschlossen. Am besten mit etwas Eiweiß zukleben. Die Frühlingsrollen schwimmend in heißem Öl goldbraun und knusprig braten. Ergibt ca. 25 Stück.

© 2026 coquina.de