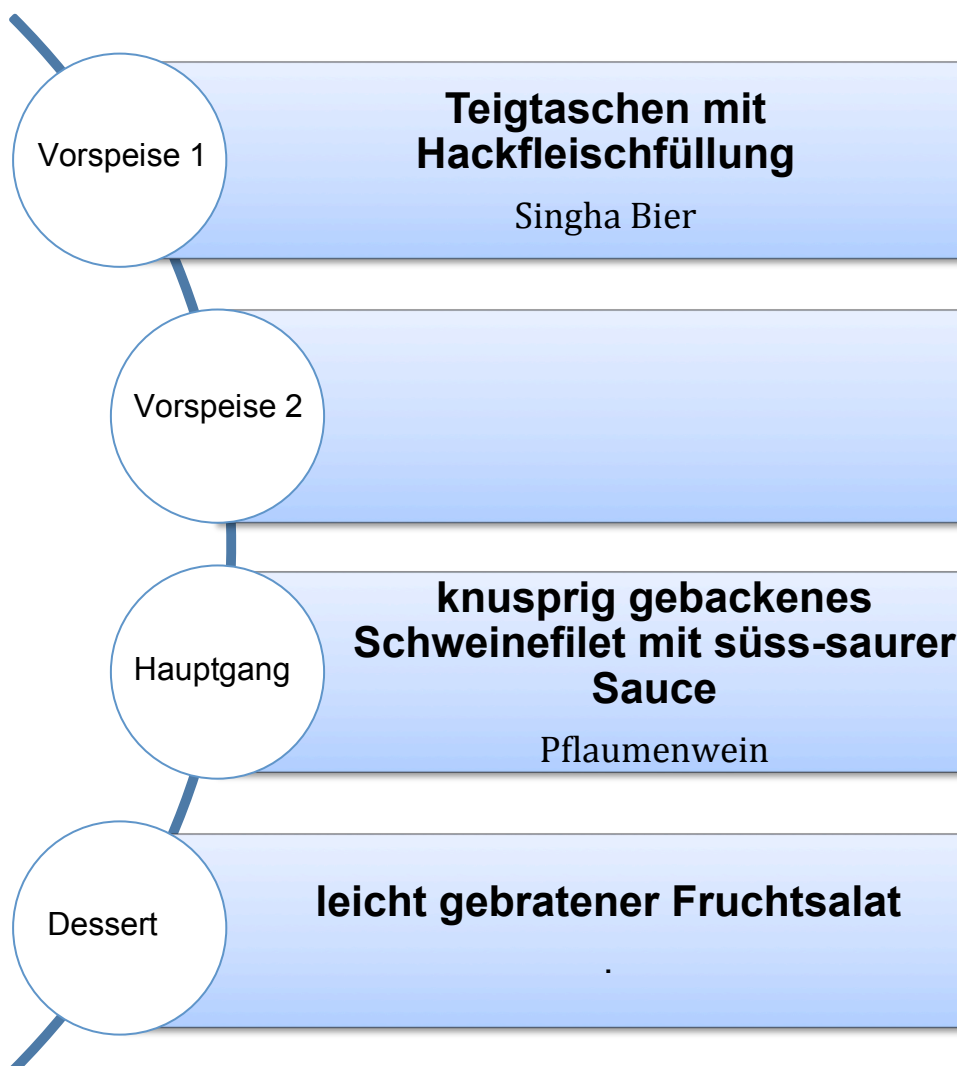




Chochete vom 18.04.2018

nach Rezept von Ruedi





Vorspeise 1: Teigtaschen mit Hackfleischfüllung



Zutaten für 4 Personen

für den Nudelteig:

300 g Weizenmehl
1 Prise Salz
1 Tasse Wasser

für die Füllung:

3 EL Sesamöl
250 g Hackfleisch
2 Frühlingszwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 TL Salz
1 EL Sojasauce
½ TL Fünfgewürze-Pulver
1 Bund Schnittlauch

Zubereitung:

Nudelteig:

Das Mehl in eine Schüssel sieben. Mit dem Salz und dem Wasser zu einem Teig verarbeiten. Anschliessend den Teig im Kühlschrank 1 Stunde ruhen lassen. Den Teig nochmals durchkneten.

Füllung:

Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und das Hackfleisch unter ständigem Rühren scharf anbraten. Die geputzten, gewaschenen und in dünne Streifen geschnittenen Frühlingszwiebeln dazugeben und kurz mit anschwitzen. Die mit dem Salz fein zerriebenen Knoblauchzehen dazugeben, mit der Sojasauce und dem Fünfgewürze-Pulver abschmecken. Vom Feuer nehmen und erkalten lassen. Den feingehackten Schnittlauch unter die Masse arbeiten.

Eine Pfanne mit Wasser aufsetzen und das Wasser zum dampfen bringen. Ein Bambus-Dampfkorbchen passend auf die Pfanne mit einem Bananenblatt oder einem Salatblatt auslegen.

Den Teig dünn auswallen rund ausstechen. Die Hackfleischmasse in die Mitte der Teigstücke geben, dann den Teig vorsichtig nach oben zusammennehmen und oben zusammendrücken, sodass Päckchen entstehen. Das Bambus Dampfkorbchen auf die Pfanne stellen, die Teigtaschen auf die Bananenblattunterlage legen, das gleiche mit der zweiten Lage. Dann mit dem Bambusdeckel verschliessen und die Teigtaschen im Dampf garen. Die Garzeit beträgt ca 15 – 20 Minuten.



Hauptspeise:

Knusprig ausgebackenes Schweinefilet mit süss-saurer Sauce



Zutaten für 4 Personen

für den Teig:

- 200 g Mehl
- ca 1 – 1 ½ Tassen Weisswein
- 1 TL Salz
- ¼ TL weisser Pfeffer
- 1 Eigelb
- 1 Eiweiss
- Erdnussöl zum frittieren
- 600 g Schweinefilet
- 1 TL Salz
- 1 Msp Ingwerpulver
- 1 TL Curry
- 3 EL Sojasauce
- 4 cl Reiswein

für die Sauce:

- 2 EL Erdnussöl
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Rote Paprikaschote
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Salz
- ½ Tasse Essig
- 2 EL Sojasauce
- 2 Tassen gebundene Tomatensauce
- 1 kleine Dose Mandarinenfilets
- 1 kleine Dosen Erbsen
- 1 Msp Ingwerpulver
- Salz, Pfeffer
- 1 Prise Zucker
- 1 TL Glutamat

Zubereiten:

Das Fleisch in beliebig grosse oder kleine Würfel schneiden, in eine Schüssel geben mit Salz, Pfeffer, Ingwerpulver, Curry, Sojasauce und Reiswein würzen und möglichst über Nacht marinieren. Nach dem Marinieren mit Haushaltspapier so gut wie möglich trocken tupfen.

Mehl und Weisswein zu einem glatten Teig rühren. Den Teig salzen und pfeffern und das Eigelb unterheben. Das steifgeschlagene Eiweiss vorsichtig unterheben. Den Teig zum Ruhen an die Kühle stellen.

Das Erdnussöl in einen Ausbacktopf geben und langsam erhitzen.

Chochclub Pfanneschmöcker

www.pfanneschmöcker.ch



In der Zwischenzeit 2 EL Erdnussöl in den Wok geben und erhitzen. Das geputzte, gewaschene und in gewünschter Grösse geschnittene Gemüse in den Wok geben und unter ständigem Rühren glasig schwitzen. Die mit Salz zerriebenen Knoblauchzehen dazugeben und kurz mitschwitzen. Mit dem Essig, der Sojasauce und der Tomatensauce auffüllen. Die abgetropften Mandarinenfilets und die Erbsen unter das Gemüse mischen und erwärmen. Mit Salz, Pfeffer, dem Zucker und dem Glutamat abschmecken und einköcheln bis die Sauce eine sirupartige Konsistenz hat.

Die Schweinefleischwürfel in den Teig geben und wenden, sodass sie von Teig umschlossen sind. Mit einer Gabel herausnehmen, kurz den überschüssigen Teig abtropfen und sofort ins heisse Öl geben und dort goldgelb ausbacken. Herausnehmen, auf Krepppapier geben und kurz abkühlen lassen. Dann ein zweites mal ins heisse Öl geben und nur noch kurz bis es heiss ist backen. Anschliessend das knusprig ausgebackene Fleisch unter die Sauce mischen und sofort heiss servieren.

Passend dazu: Basmati- oder Jasmin Reis

Anrichten:

Reis auf den Teller geben und etwas von der Sauce mit Gemüse darüber geben, das Fleisch daneben anrichten. Dekorieren mit Thaibasilikum, Zitronengrasstreifen oder nach Wunsch.

Etwas Sojasauce und Süss-Sauer-Sauce separat servieren.



Dessert:

Leicht gebratener Fruchtsalat



Zutaten für 4 Personen

1 Banane
1 Papaya
1 kleine Honigmelone
1 kleine Ananas
1 kleine Dose Lychees

für die Sauce:

1 Tasse Weisswein
½ Tasse Orangenlikör
1 Päckchen Vanillezucker
100 g Mandelstifte

1 EL Erdnussöl

ca ½ Tasse Honig

(anstelle Honig kann auch brauner Zucker verwendet werden)

evt. Rest von Dosenmandarinen vom Hauptgang

Zubereitung:

Die Banane schälen und in 1-2cm Dicke Scheiben schneiden. Die Papaya und die Melone halbieren, entkernen, schälen und in kleine Schnitze oder Stücke schneiden. Die Ananas schälen, halbieren, den Strunk herausschneiden und ebenfalls in kleine Schnitze oder Stücke schneiden. Die Lychees gut abtropfen lassen.

Da Erdnussöl in einer Bratpfanne erhitzen. Den Honig oder Braunen Zucker dazugeben und erhitzen bis sich ein leichter Caramel bildet. Die Früchte hineingeben und kurz darin schwenken. Vom Feuer nehmen, mit Weisswein und Orangenlikör ablöschen, Vanillezucker nach Geschmack dazugeben und alles verrühren. Das ganze etwas erkalten lassen.

Anrichten:

Die Früchte auf einem Dessert-Teller anrichten, mit dem „Saft“ übergiessen. Das ganze mit Mandelstiften dekorativ bestreuen und servieren.

Dazu passt:

Ein Süsser Dessertwein oder ein Gläschen Orangenlikör