

Smørebød Kochsession 288

23. Mai 2019

Asiatische Küche

Vorspeisen

Glücksrollen

Salat mit kandiertem vom Schwein, grünen Paprika und Limone

Hauptspeise

Fofi's Schweinefleisch mit Jasmin Reis

Dessert

Klebreis mit exotischen Früchten

Getränk

Grüntee

Zutaten sind für 8 Personen

Glücksrollen mit Gemüsestiften



Zutaten, ergibt 20 Stück

80 g Glasnudeln
100 g Mango, gerüstet
140 g Karotten
100 g Chinakohl
2 Frühlingszwiebel
2 cm Ingwer
2 TL Sriracha-Sauce
2 EL Austernsauce
4 EL Sojasauce
10 geschälte, gekochte Crevetten
20 Reispapierblätter à ca. 22 cm Ø
40 Blätter Thai-Basilikum
100 g Mungobohnensprossen

Dips: ca 5dl
8 EL Honig (Blütenhonig)
8 EL Essig (Obstessig)
6 TL Tomatenmark, 3-fach konzentriert
Zucker, nach Geschmack
8 EL Sojasauce
8 EL Sherry
4 EL Öl (Sesamöl)
150 ml Wasser
4 TL Stärkemehl
4 EL Ananas in Stücken, klein gehackt

Zubereitung

1. Glasnudeln mit kochendem Wasser übergiessen. 5 Minuten einweichen, abgiessen und abtropfen lassen. Mango, Karotte und Kohl in feine, gleich grosse Stäbchen schneiden.

Frühlingszwiebel fein hacken. Ingwer fein reiben. Beides mit Karotte, Sriracha, Austern- und Sojasauce mischen. Schwanzteil der Crevetten entfernen, Crevetten längs halbieren.

2. Reispapierblätter einzeln ca. 1 Minute in ca. 35 °C warmes Wasser tauchen, bis sie weich und formbar sind. Blätter auf die Arbeitsfläche legen. Auf die Blattmitte jeweils 2 Crevettenhälften, 2 Basilikumblätter, wenig Glasnudeln, Mango, Kohl, Sprossen und marinierte Karotten verteilen. Seiten über die Füllung falten. Ca. 30 Sekunden warten, dann Blatt satt aufrollen. Mit asiatischen Dips servieren.

Dips:

Stärke mit dem Wasser glatt rühren. Alle anderen Zutaten in einem Topf glatt rühren. Erhitzen, Stärke-Wasser-Mischung dazugeben und aufkochen. Beiseite stellen und abkühlen lassen.

Salat mit kandierte vom Schwein, grünen Paprika und Limone

Zutaten

800 g Schweinsfilet
250 g Zucker
4 EL Wasser
4 EL Fisch Sauce
4 EL Soja Sauce
6 Sternanis

Salat

2 cup Koriander 250 g
2 cup Minze Blätter 250 g
4 EL geröstete und leicht zerbröckelte Erdnüsse
4 EL knackig frittierte Schalloten

Sauce

10 Knoblauch Zehen
4 EL fein geschnittener Koriander, Blätter und Stiel
14 kleine grüne Peperoni
2 TL Seesalz
2 EL Palmzucker
6 EL Fischeauce
1 cup Limettensaft (240 g) abschmecken
15 kleine Schalotten

Zubereitung

Schweinsfilet in 2,5 cm breite Streifen schneiden. In kaltes Wasser legen, aufkochen und auf die Seite stellen. Schaum abschöpfen. Wasser abgießen.

Zucker karamellisieren, 250gr Zucker, 4 Esslöffel Wasser, Rühren mit mittlerer Hitze bis der Zucker sich auflöst, dann schnell aufkochen ohne zu Rühren. Wenn der Zucker an den Rändern goldenbraun wird, die Flüssigkeit in der Pfanne herumkreisen lassen bis ein schöner Sirup entsteht. Sofort Fisch- und Soja Sauce und 6 Sternanis dazu tun. Achtung wegen dem Spritzen. Wenn alles zusammen ist Fleisch dazu tun und 10-15 Minuten kochen. Danach Fleisch auskühlen lassen.

Tip: Bei asiatischen Saucen unbedingt Palmzucker verwenden.

Sauce:

Koblauch, Koriander, Salz und Peperoni in einem Mörser zu einer Paste zerdrücken. In einer Schale den Palmzucker in Fischsauce auflösen. Dann den Limettensaft einrühren, die Schalottenringe zu der Paste dazu geben.

Salat:

Koriander- und Minze Blätter in einer grossen Schüssel mit der Sauce mischen. Mit dem Fleisch anrichten und die Erdnüsse darüber streuen.

Fofi`s Schweinefleisch mit Jasmin Reis

Zutaten

1,5 kg Schweinefleisch
4 Güne Paprika
8 Karotten
4 Zwiebeln
8 Ringe Ananas
Schitake Pilze

Sauce
140 g Ketchup
6 EL Worcester Sauce
2 EL Soja Sauce
4 EL Reissessig
Rohrzucker
Ananassaft

Jasminreis

Zubereitung

Schweinefilet in Würfel schneiden. 2x2 cm.
Während 1 Stunde in 2/3 Sake und 1/3 Sojasauce einweichen. Alles muss überdeckt sein.
4 Güne Paprika, 8 Karotten, 4 Zwiebeln, 8 Ringe Ananas in gleich grosse Stücke schneiden.

Schitake Pilze einweichen, halbieren und Stamm abschneiden. Wasser für Sauce behalten.

Sauce:
140 g Ketchup, 6 EL Löffel Worcester Sauce, 2 EL Sojasauce, 4 Esslöffel Reissessig, 2 EL Rohrzucker. Etwas Ananas Saft dazu tun. Abschmecken.

In einer Bratpfanne die Zwiebeln mit etwas Oel andünsten, dann Gemüse und Pilze dazu geben und leicht anbraten. Kurz darauf das Pilzwasser dazu geben. Aufkochen und Sauce dazu geben. Eventuell mit Stärkemehl etwas eindicken.

Fleisch erst kurz vor dem servieren frittieren und dann direkt servieren.
In kleiner Pfanne 1,5 Liter Sonnenblumenöl sehr heiss machen. Fleisch mit Küchenpapier trocknen und in Stärkemehl rollen. In kleinen Mengen frittieren.

Fleisch in die Sauce legen und mit Reis servieren.

Klebreis mit exotischen Früchten



Zutaten

400 g schwarzer Reis, z.B. Venere oder Black Rice aus dem Asia-Shop
6 dl Wasser
4 dl Kokosmilch
200 g Palmzucker, aus dem Asia-Shop
2 Prisen Salz
2 Mangos
2 Pitahayas
1 Papaya
2 Schalen Physalis (Kapstachelbeere)

Zubereitung

1. Reis kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Reis mit kaltem Wasser bedecken und ca. 1 Stunde einweichen. Reis abgießen. Reis und Wasser aufkochen. Bei kleiner Hitze zugedeckt ca. 12 Minuten köcheln lassen. Hitzequelle ausschalten. Umrühren. Reis zugedeckt ca. 20 Minuten quellen lassen. Gelegentlich umrühren. Pistazien leicht rösten. Mango Dessert in Dessert Schalen füllen, mit Pistazien und restlichem Safran bestreuen.
2. Inzwischen Kokosmilch mit Palmzucker und Salz köcheln lassen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Hälfte zum Reis geben und verrühren. Die andere Hälfte auskühlen lassen. Mango schälen. Fruchtfleisch vom Kern entfernen und in Streifen schneiden. Pitahaya halbieren. Mit einem Kugelausstecher Kugeln aus der Pitahaya schneiden. Papaya schälen. Kerne mit einem Löffel entfernen. Fruchtfleisch in Scheiben schneiden. Reis mit exotischen Früchten anrichten. Restlichen Kokossirup zum Klebreis servieren.