



hr1-DOLCE VITA

Hubertus Tzschirner Chinesische Dumplings

REZEPT FÜR 4 PERSONEN = 8 STÜCK PRO PERSON

Jiaozi = China / Gyoza=Japan / Mandu = Korea

Diese gefüllten Teigtaschen werden entweder kurz gedämpft, in der Pfanne mit etwas Öl angebraten oder können gar frittiert werden.

ZUTATEN TEIG

(Wer sie nicht selbst zubereiten möchte, kann auch fertigen Teig (meist tiefgefroren im Asiatischen Supermarkt zu bekommen)

400 g Mehl (Dinkelmehl 630 oder Weizenmehl 550 auch 405 funktioniert)

160 ml warmes Wasser

2 Prisen Salz

ZUBEREITUNG TEIG

Dem Mehl und Salz das Wasser nach und nach zugeben. Kurz verkneten und abgedeckt 10 Minuten entspannen und quellen lassen. Teig 10-15 Minuten gut verkneten, bis er herrlich glatt und geschmeidig elastisch wird. In 32 gleich große Kugeln formen.

Die Teiglinge auf einer gut bemehlten Arbeitsfläche zart flach drücken und mit einem Nudelholz vorsichtig von außen nach innen und von Innen wieder nach Außen zurückrollen, anschließend wenden und das Ganze wiederholen, bis alle Teiglinge etwa 1,5 mm dick und rund ausgerollt sind.

Mit einem leicht angefeuchteten Tuch abdecken und bis zur Weiterverwendung beiseitestellen.



hr1-DOLCE VITA

ZUTATEN FÜLLUNG

350 g Entenhackfleisch oder Schweinehackfleisch
3 Frühlingszwiebeln, fein gehackt
1 kleines Stück Ingwer, fein gehackt
1 Zehe Knoblauch
2 EL Erdnussöl
150 g Garnelen, gepult und geputzt
2 EL Sojasoße
1-2 TL Sesamöl
3 Stängel Koriander, fein gehackt
Etwas rote Chili, fein gehackt
Etwas Zitronengras, fein gehackt
Prise Zucker
Etwas Butter

ZUBEREITUNG FÜLLUNG

Ingwer und Knoblauch im Sesamöl goldgelb anrösten, Zitronengras und die Hälfte des Korianders zugeben und kurz mitrösten. Mit einer Prise Zucker karamellisieren und mit Sojasoße und einem Hauch Butter ablöschen und direkt vom Herd nehmen. Kurz auskühlen lassen und mit den übrigen Zutaten gut vermengen bis eine gleichmäßige Masse entsteht.

Teiglinge in die offene Handfläche legen, etwa 1 EL Füllung in die Mitte geben. Entweder die Seiten einklappen und festdrücken oder die untere Seite auf die Hälfte einklappen und on der äußeren Seite aus nach und nach einfallen. Mit der letzten Methode sehen sie noch hübscher aus.

Anschließend ca 5-7 Minuten dämpfen oder von beiden Seiten bei mittlerer Hitze goldgelb anbraten und sofort servieren.

Serviert werden die Teigtaschen bzw. Jiaozi mit Salzarter Sojasoße. Ich esse sie am liebsten mit einer Mischung aus Pozusoße und ein wenig Sriracha Soße. Auch lecker sind sie in eine leicht zitronigen Dashibrühe, dann müssten wir sie allerdings Gyoza nennen. Auch in kombination mit einer leichten Mayo und Röstzwiebeln sind sie eine Sünde wert.



hr1-DOLCE VITA

Wer die Jiaozi lieber vegan zu sich nehmen möchte kann Pilze, Karotte oder auch Spinat dafür verwenden.

Hierbei ist darauf zu achten, dass die Gemüse ebenfalls klein gehackt werden und schon vorab mit angebraten werden.