

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 07. Mai 2024 ▪
Vorspeise mit Alexander Kumptner



Patrick Steuber

Dreierlei Gyoza mit Erdnuss-Chili-Crunch und Zitronen-Ponzu

Zutaten für zwei Personen

Für die Gyoza:

250 g Weizenmehl
25 g Kartoffelstärke
½ TL Salz

Das Mehl mit Stärke, Salz und 140 ml Wasser zu einem Teig kneten. So dünn wie möglich ausrollen und mit einem Servierring runde Kreise ausstechen.

Für die Basis-Füllung:

1 Zwiebel
5 Knoblauchzehen
3 cm Ingwer
1 rote Chilischote
1 Stange Zitronengras
100 ml Sake
2 EL helle Sojasauce
100 ml Sesamöl

Ingwer schälen und fein reiben. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Chilischote längs halbieren und von Scheidewänden und Kernen befreien. Fein hacken. Zitronengras in feine Ringe schneiden. Alles zusammen in einer Pfanne mit Sesamöl andünsten und mit Sake und Sojasauce ablöschen und einkochen lassen. Masse anschließend in drei Teile unterteilen und jeweils mit weiteren Füllungen mischen.

Für die Hackfleisch-Füllung:

150 g Schweinehackfleisch
50 ml flüssiger Honig

Hackfleisch mit Honig vermengen.

Für die Garnelen-Füllung:

5 küchenfertige Garnelen
½ Flugmango
3 Zweige Koriander
50 ml Reisessig

Garnelen fein hacken. Mango entsteinen und würfeln. Koriander hacken. Alles mit Reisessig vermengen.

Für die Shiitake-Füllung:

5 Shiitake
3 Zweige Thaibasilikum
50 ml Reisessig

Shiitake putzen und fein hacken. Genauso wie Basilikum. Beides mit Reisessig vermengen.

Zur Fertigstellung:

Sesamöl, zum Braten

Füllungen jeweils mit Basisfüllung vermengen und in kleine Bällchen formen und in die Mitte der runden Gyoza-Platten legen. Gyoza falten und mit etwas Wasser zusammendrücken.

Sesamöl in Pfanne erhitzen, Gyozas für 1 Minute auf der Unterseite anbraten. Mit 100 ml Wasser ablöschen und mit geschlossenem Deckel 6 Minuten dünsten.

Für die Zitronen-Ponzu:

2 Zitronen, Saft
2 EL Mirin
100 ml helle Sojasauce
3 EL Erdnussöl
1 EL Sesamöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

In einem Topf Erdnussöl und Sesamöl zusammen erhitzen. Dann Sojasauce, ausgepressten Zitronensaft und Mirin einrühren; salzen und pfeffern.

Für den Erdnuss-Chili-Crunch:

40 g ungesalzene, geschälte Erdnüsse
1 Knoblauchzehe
5 cm Ingwer
5 getrocknete Chilischoten
¼ TL Kreuzkümmelsamen
½ EL Szechuan-Pfefferkörner
1 Sternanis
1 EL Sesamöl
40-ml neutrales Pflanzenöl
½ TL Rohrzucker
½ TL Salz

Chilischoten und Erdnüsse in kleine Stücke hacken. Kreuzkümmel, Szechuan und Sternanis mörsern.

Chili, Erdnüsse und Gewürzmischung in einer kleinen Pfanne mit Sesamöl anrösten. Pflanzenöl angießen und Hitze reduzieren.

Vor dem Servieren gehackten Ingwer und gehackten Knoblauch dazu geben und alles mit Salz und Zucker abschmecken.

Für die Garnitur:

1 Frühlingszwiebel
3 Zweige Koriander
30 g heller Sesam

Frühlingszwiebel putzen und klein schneiden. Koriander hacken. Gericht mit Frühlingszwiebel, Koriander und Sesam garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist die tropische **Garnele** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Mai 2024):

- 1. Wahl: Vietnam, Aquakultur: Bio-Aquakultur, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*) und Tiger-Garnele (*Penaeus monodon*)
- 1. Wahl: Europa, Aquakultur: Kreislaufanlagen mit Biofloc-Technologie
- 2. Wahl: Honduras, Ecuador, Aquakultur: Teichanlagen, White Tiger Garnele (*Penaeus vannamei*)