

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 20. Januar 2022 ▪
Tagesmotto „Kohl“ mit Cornelia Poletto



Anja Henn

Gyozas mit Rosenkohl-Füllung, Kakiage und Mango-Salsa

Zutaten für zwei Personen

Für die Rosenkohl-Füllung:

10 Rosenkohlröschen
1 Frühlingszwiebel
1 Chili
3 cm Ingwer
50 ml Mirin
100 ml Teriyakisauce
4 EL Sesamöl

Den Rosenkohl mit der Frühlingszwiebel putzen und in kleine Stücke schneiden. Chili entkernen und fein würfeln. Rosenkohl und Zwiebel in einer Pfanne in etwas Sesamöl bei mittlerer Hitze anschwitzen.

Etwas frischen Ingwer darüber reiben und Chili dazugeben. Mit Mirin ablöschen und einkochen lassen. Teriyakisauce angießen und einköcheln lassen.

Für die Gyozas:

125 g Mehl, Typ 00
15 g Kartoffelstärke
¼ TL Salz
Sesamöl, zum Anbraten
Mehl, für die Arbeitsplatte

Das Mehl mit Kartoffelstärke und Salz in eine Schüssel sieben und mit 70 ml heißem Wasser zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Im Kühlschrank ruhen lassen. Danach mit der Nudelmaschine zu Teigplatten verarbeiten und auf der bemehlten Arbeitsplatte verteilen. Mit einem runden Ausstecher (etwa 9 cm) Kreise ausstechen. Mit der Rosenkohl-Füllung belegen, den Rand mit etwas Wasser befeuchten und faltenartig zu Gyozas verschließen. Die Ränder andrücken und in einer Pfanne in Sesamöl von einer Seite anbraten. Mit Wasser ablöschen und einen Deckel auf die Pfanne setzen. Nach etwa 4 Minuten vom Herd nehmen.

Für die Mango-Salsa:

½ Mango
1 rote Zwiebel
1 Chili
3 cm Ingwer
1 Limette
Sesamöl, zum Abschmecken
Sojasauce, zum Abschmecken
Fischsauce, zum Abschmecken

Mango entkernen und das Fleisch klein würfeln. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Chili entkernen und den Ingwer schälen, beides fein würfeln. Limettensaft auspressen.

Alles zusammen in eine Schüssel geben und mit Limettensaft, Sesamöl, Sojasauce und Fischsauce abschmecken.

Für die Kakiage:

2 Frühlingszwiebeln
4 getrocknete Garnelen
6 EL Mehl
Öl, zum Frittieren

Frühlingszwiebeln putzen und in feine Streifen schneiden. Getrocknete Garnelen grob zerteilen. Für den Teig das Mehl mit 6 EL Wasser in einer Schüssel grob verrühren. Zwiebeln und Garnelen zusammen in den Teig tunken und in einer Fritteuse zusammen in kleinen Häufchen bei 170 Grad kurz goldbraun ausbacken.

Für die Garnitur:

1 EL schwarzer Sesam
1 Zweig Koriander

Koriander abbrausen, trockenwedeln und hacken. Koriander und Sesam als Garnitur verwenden.

Das Gericht auf Tellern mit der Garnitur anrichten und servieren.