

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 22. Januar 2019** ▪
"Asiatische Küche" mit Johann Lafer



Norbert Balszuweit

Von der fernöstlichen Küste:

Im Bambuskorb gedämpfte Krabben-Sticks mit Mango und Limettensauce & Meeresfrüchte mit Chili und Duftreis

Zutaten für zwei Personen

Für die Krabben-Sticks mit Mango mit Limettensauce:

- 125 g Krabbenfleisch aus der Dose
- 125 g Riesengarnelen ohne Schale und Schwanz
- 2 Beete Kapuzinerkresse mit Blüten
- 1 ½ grüne Chilischote
- ½ Mango
- 1 Ei, davon Eiweiß
- 25 g Kokosraspeln
- 1 Knolle Ingwer à 1 cm
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Limette, davon der Saft
- 3 EL thailändische Fischsauce
- ½ TL Zucker
- Salz, aus der Mühle

2 Bambuskörbchen mit Kapuzinerkresseblättern und -blüten auslegen. Krabbenfleisch mit einer Gabel fein zerdrücken. Riesengarnelen hacken und untermischen.

Das Ei trennen und Eiweiß unterrühren, bis eine gleichmäßige Masse entstanden ist.

Kokosraspeln, geriebenen Ingwer, gehackten Knoblauch und die Hälfte der Fischsauce einrühren.

Die Limette halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Limettensaft mit Zucker verrühren. Übrige Fischsauce und Chilis zufügen und abschmecken.

Mangostäbchen mit Krabbenmasse umhüllen und auf die Bambuskörbe verteilen. Etwas Limettensauce aufträufeln.

Einen Topf, etwas größer als die Bambuskörbe, etwa 2 cm mit Wasser füllen. Zum Kochen bringen.

Die beiden Bambuskörbchen übereinander stapeln, mit dem Deckel verschließen. In den Wassertopf stellen. Der Inhalt soll nicht mit dem Wasser in Berührung kommen. Etwa 5 Minuten dämpfen.

Restliche Limettensauce getrennt dazu reichen.

Für die Meeresfrüchte mit Chili:

- 150 g Riesengarnelen ohne Schale
- 150 g Kammuscheln
- 3 Spargelbohnen
- 2 Vogelaugenchilis
- ½ milde rote Chili
- ½ grüne Paprika
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Knolle Ingwer à 1 cm
- 2 Knoblauchzehen
- ½ EL Austernsauce
- ¼ EL helle Sojasauce
- ¼ TL brauner Zucker
- 2 Frühlingszwiebeln
- 3 Zweige Thaibasilikum, zum Garnieren
- 1 EL Pflanzenöl, zum Anbraten

Die Garnelen waschen, entlang der Rückseite aufschneiden und den Darm entfernen. Vorderseite und Schwanz zusammenlassen.

Die Kammuscheln bleiben ganz.

Das Öl im Wok erhitzen, den Knoblauch bei mittlerer Hitze unter Rühren goldgelb braten.

Paprika, Zwiebel, Bohnen, Ingwer und Chilis hinzugeben und 1 Minute unter Rühren braten.

Zuerst die Garnelen, dann die Muscheln hinzufügen und einzeln gründlich unterheben.

Austernsauce, Sojasauce und Zucker hinzugeben und 2 bis 3 Minuten unter Rühren braten, bis die Garnelen sich öffnen und rosa werden und die Meeresfrüchte gar sind.

Chilis und Frühlingszwiebeln unterheben. Abschmecken.

Für den Duftreis: 100 g Thai-Duftreis
Reis in einem Sieb in einer Schüssel mit kaltem Wasser spülen, bis das Wasser klar wird.

Den abgetropften Reis in einen Topf geben und mit Deckel zum Kochen bringen. Auf kleinste Stufe zurückschalten und auf der Platte ziehen lassen bis er gar ist. Etwa 16 Minuten ziehen lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.