

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 07. April 2026**
Vorspeise mit Björn Freitag



Paula Zimmer

Schweinehack-Gyoza mit Knusperboden und Asia-Dip & Aasiatischer Pflücksalat mit Sesam-Dressing

Zutaten für zwei Personen

Für den Teig:

160 g Mehl, Typ 550 + Mehl, zum Ausrollen
 Speisestärke, zum Ausrollen
 1 Prise Salz

90 ml Wasser auf ca. 50-60 Grad erwärmen und mit den restlichen Zutaten mit einer Gabel vermengen. Den Teig für ca. 3 Minuten kneten und zu einer Kugel formen. Kurz abgedeckt ruhen lassen. Anschließend den Teig zu einem Donut formen und in 12 g schwere Stücke teilen. Die Teigstücke mit etwas Speisestärke dünn und rund ausrollen.

Für die Füllung:

150 g Schweinehackfleisch, sehr fein und fettreich
 1 Pak Choi
 2 Frühlingszwiebeln
 ½ Bund Schnitt-Knoblauch/ Knoblauch-Schnittlauch
 2 Knoblauchzehen
 3 cm Ingwer
 1 TL helle Sojasauce
 ½ TL geröstetes Sesamöl
 Neutrales Öl, zum Braten
 1 TL Speisestärke
 1 TL weiße Pfefferkörner
 Chilipulver, zum Würzen

Knoblauch abziehen und Ingwer schälen. Beides zusammen mit den weißen Pfefferkörnern in einem Mörser mörsern. Schnittknoblauch und Pak Choi putzen und sehr fein schneiden. Mit der gemörserten Paste in etwas Pflanzenöl dünsten. Anschließend auskühlen lassen.

Schweinehackfleisch mit 30-40 ml eiskaltem Wasser kräftig verrühren und Stärke, Gewürze, Sojasauce und Sesamöl einrühren.

Die Füllung jeweils in kleinen Klecksen in den vorbereiteten Teig geben und zu Gyozas formen und falten.

Für die Fertigstellung:

½ TL Reisessig
 Pflanzenöl, zum Braten
 1 TL schwarzer Sesam
 ½ TL Mehl
 1 TL Speisestärke

75 ml Wasser mit den restlichen Zutaten verrühren. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Gyoza darin von einer Seite anbraten. Die angerührte Flüssigkeit vom Rand in die Pfanne laufen lassen, Deckel aufsetzen und die Gyoza dämpfen lassen. Deckel entfernen und die Flüssigkeit am Pfannenboden knusprig werden lassen. Mit schwarzem Sesam bestreuen und aus der Pfanne auf einen Teller stürzen.

Für: den Asia-Dip:

1 Knoblauchzehe
 2 cm Ingwer
 1 EL helle Sojasauce
 1 EL Reisessig
 ½ TL Ponzu
 ½ TL geröstetes Sesamöl
 ½ TI Chiliflocken
 ½ TL Zucker

Ingwer schälen, Knoblauch abziehen und beides fein reiben. Mit den restlichen Zutaten vermengen.

- Für den Salat:** Sesam mörsern und mit den restlichen Zutaten zu einem Dressing vermengen. Salat waschen, trockenschleudern und vor dem Servieren mit dem Dressing marinieren.
- 150 g asiatische Pflücksalatsmischung
 - 3 EL heller, gerösteter Sesam
 - 3 EL japanische Mayonanaise
 - 1 TL grober Senf
 - 2 TL Tahini
 - 1 TL geröstetes Sesamöl
 - 1 EL Reisessig
 - 1 EL helle Sojasauce
 - 4 Zweige Koriander
 - 2 Zweige Minze
 - 1 EL Zucker
- Für die Garnitur:** Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Radieschen in feine Scheiben schneiden. Koriander zupfen. Gericht mit Frühlingszwiebeln, Radieschen, Koriander und Sesam garnieren.
- 2 Frühlingszwiebeln
 - 2 Radieschen mit Grün
 - ½ Bund Koriander
 - 1 TL heller Sesam

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.