

Asiatisches Menue

gedämpfte Won-ton	<u>Gemüsemischung:</u> Lauch, Frühlingszwiebeln, Sojasprossen, Rüebl, Peperoni rot <u>Varianten:</u> gekochter Reis Kartoffeln + Stangensellerie Hackfleisch od. Pouletfleisch Speck <u>Teig:</u> Mehl, Wasser	Gemüse sehr fein schneiden und in wenig Butter dämpfen je nach Variante mischen Teigtaschen auf Chinakohlblätter in Dämpfkörbchen legen und ca. 20 Min. dämpfen - nach der Hälfte der Zeit unteres Körbchen nach oben wechseln
Mulligatawny	500g Pouletbrüstli 2 Zwiebel 4 Rüebl 1 Sellerie klein 4EL Butter 2EL Mehl 4EL Currypulver 2 Äpfel säuerlich 3dl Rahm 2ltr Hühnerbouillon Aromat, Pfeffer	Fleisch und Gemüse in kleine Würfeli schneiden, Zwiebeln fein hacken Fleisch anbraten und leicht würzen, aus der Pfanne nehmen Zwiebeln und das kleingeschnittene Gemüse ca. 8 Min in der Butter dünsten Mehl und Currypulver darüberstreuen und gut vermischen mit der Hühnerbouillon aufgiessen und 5 Min. köcheln Apfel ebenfalls in kleine Würfel schneiden und beifügen, nochmals 10 Min. köcheln Fleisch wieder beifügen und heiss werden lassen, Rahm zugeben und die Suppe abschmecken
fritierter Fisch	600g Dorschfilet 3dl Milch 4EL Mehl 2EL Maizena 1TL Backpulver 4EL Wasser Salz, Pfeffer, Aromat 2 Eier	Fisch in Stücke schneiden und in Milch einlegen, dannach mit Sojasauce, Aromat, Pfeffer und Sherry marinieren Ausbackteig anrühren und die mit Mehl bestäubten Fischstücke durch den Teig ziehen und fritieren, warm stellen
fritierte Fleischkugeln	600g Rinds-Hackfleisch Zwiebeln Peterli 1 Ei BamiGoren, DayYong, Rustica, Salz, Pfeffer 3-4EL Paniermehl 3EL Mehl Salz 1 Ei 1dl Milch	Zwiebeln und Peterli fein hacken und mit den übrigen Zutaten bis und mit Paniermehl gut mischen. Mehl, Salz, Ei und Milch zu einem Ausbackteig verrühren Aus der Fleischmasse Kügelchen formen, durch den Teig ziehen und ca. 5 Min. fritieren abtropfen lassen und warm stellen
Poulet Cashew	100g Cashew-Nüsse 600g Pouletbrüstli 2 Knoblauch 1 Peperoni rot 2 Frühlingszwiebeln 2EL Sojasauce light 1EL Austernsauce 1EL Wasser	Nüsse rösten und beiseite stellen Pouletbrüstli in 3mm breite Streifen schneiden und portionsweise ca. 2 Min. rührbraten, herausnehmen Knoblauch fein hacken und kurz rührbraten, Fleisch wieder dazugeben Peperoni in Rauten und Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden, bis und mit Wasser dazugeben und ca. 2 Min. rührbraten Cashew-Nüsse begeben und warm stellen

Chinakohlgemüse	Chinakohl Sojasprossen 1 Peperoni rot Erbsen tgg 3-4 Zwiebeln 2EL Essig 6EL Sojasauce 2TL Sesamöl 2-3TL Zucker Aromat	Chinakohl in Streifen, Peperoni in Rauten und Zwiebeln in Stücke schneiden alles Gemüse in Öl zugedeckt ca. 5-7 Min. braten, zwischendurch umrühren restliche Zutaten zugeben und vermischen heiss servieren
------------------------	--	---

Gemüse-Sauce	300g Champignons 4 Zwiebeln 4 Lauch 300g Sojasprossen 4dl Hühneboullion 3TL Zucker Sojasauce 4TL Maizena 150g Mandelstifte	Champignons, Zwiebeln und Lauch in feine Streifen schneiden und mit den Sojasprossen im Öl kurz braten mit der Hühnerboullion ablöschen, mit Zucker und Sojasauce würzen Maizena mit Wasser anrühren und die Sauce damit binden Mandeln rösten und darüberstreuen, warm stellen
---------------------	--	--

Süss-Saure Sauce	2 Zwiebel 2 Knoblauch 4EL Erdnussöl 4EL Sojasauce 4EL Sherry 2EL Essig 6EL Ketchup 4EL brauner Zucker 2,5dl Orangensaft 2EL Maizena 1 Prise Ingwerpulver 1 Dose Ananas	Zwiebel und Knoblauch fein hacken und im Öl 2 Min. pfannenrühren Sojasauce bis und mit Orangensaft verrühren, zugeben und aufkochen Maizena und Wasser glattrühren, zugeben und unter Rühren zum Kochen bringen, ca. 1 Min.iterrühren bis die Sauce eingedickt ist Ananas in kleine Stücke schneiden und zugeben warm stellen
-------------------------	---	---

gebratene Nudeln	Nudeln Frühlingszwiebeln Sojasauce	Nudeln kochen, abschrecken und beiseite stellen Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und in Öl kurz braten gekochte Nudeln und Sojasauce zugeben und vermischen warm stellen
-------------------------	--	---

Thai-Curry