

As bizji

Asiatisch

Ramen-Nudelsalat

Summer Rolls

Pouletflügeli in Caramelsauce

Erdbeercreme mit Rhabarberkompott

Ramen-Nudelsalat



Zutaten für 4 Personen

- 200 g Ramen-Nudeln
- Salzwasser, siedend
- 2 Limetten, nur Saft
- 2 EL Sesamöl
- 2 EL helle Sojasauce
- 1 grüne Mango oder grüne Papaya (ca. 300 g, siehe Hinweis), geschält, in feinen Streifen
- 2 Rüeblen, in feinen Streifen
- 2 Bundzwiebeln mit dem Grün, in feinen Ringen
- 1 roter Chili, entkernt, fein gehackt
- 1 Bund Thai-Basilikum, fein geschnitten
- 50 g gesalzene Erdnüsse, grob gehackt

Zubereitung

- Nudeln im Salzwasser knapp al dente kochen, abtropfen, kalt abspülen.
- Limettensaft, Sesamöl und Sojasauce in einer Schüssel verrühren. Mango und alle restlichen Zutaten begeben, mischen, ca. 15 Min. ziehen lassen. Nudeln daruntermischen.

Summer Rolls



Zutaten für 4 Personen

- 50 g Panko (SAITAKU, siehe Tipps)
- 300 g Pouletbrust-Innenfilets
- 1 TL milder Curry
- 0.5 TL Salz
- wenig Pfeffer
- Erdnussöl zum Braten
- 2 rote Peperoni
- 1 Glas eingelegter Ingwer (ca. 190 g)
- 12 Reisblätter (ca. 22 cm Ø)
- 12 Zweiglein Koriander
- 1 Zwiebel
- 2 Pfirsiche
- 1 roter Chili
- 1 EL Erdnussöl
- 0.5 EL Rohzucker
- 0.25 TL Salz
- 0.5 dl Wasser
- 40 g gesalzene Erdnüsse
- 0.5 Bund Koriander

Zubereitung

- Panko in einen flachen Teller geben. Evtl. die dicksten Poulet-Innenfilets halbieren, mit Curry, Salz und Pfeffer würzen, dann im Panko wenden. Panade gut andrücken. Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, Poulets beidseitig je ca. 2 Min. braten. Herausnehmen, auskühlen.
- Peperoni in Streifen schneiden, Ingwer abtropfen. Genügend warmes Wasser in eine weite Schüssel giessen. Ein Reisblatt ca. 1 Min. ins Wasser tauchen, auf ein feuchtes Küchentuch legen.
- Ein Zweiglein Koriander, etwas Peperoni, Poulets und Ingwer auf die Mitte des Reisblatts legen. Seitliche Ränder einschlagen, von unten her aufrollen, auf eine Platte legen. Sommerrolle mit einem feuchten Haushaltspapier bedecken. Mit den restlichen Reisblättern und Zutaten die weiteren Rollen formen.

- Zwiebel schälen, in Streifen, Pfirsiche in Stücke schneiden. Chili längs halbieren, entkernen. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel, Pfirsiche, Chili und Rohrzucker ca. 5 Min. andämpfen, salzen. Wasser dazugiessen, zugedeckt ca. 10 Min. weich köcheln, pürieren. Erdnüsse grob hacken, die Hälfte unter die Sauce mischen, Rest über die Rolls streuen. Koriander grob schneiden, unter die Sauce mischen, mit den Rolls anrichten.

Informationen

- Ergibt 12 Stück
- Tipp: Legen Sie die Reisblätter immer nacheinander in das warme Wasser, so kleben sie nicht zusammen und trocknen beim Füllen nicht aus.
- Hinweis: Panko ist ein japanisches Paniermehl aus krustenlosem Weissbrot. Es ist luftiger und grobkörniger als gewöhnliches Paniermehl und wird dadurch viel knuspriger.

Pouletflügeli in Caramelsauce



Zutaten für 4 Personen

- 3 EL Zucker
- 2 EL Wasser
- 1.5 dl Hühnerbouillon
- 2 EL Fischsauce
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 cm frischer Ingwer, fein gehackt
- 800 g Pouletflügeli
- 1 dl Hühnerbouillon
- wenig Pfeffer aus der Mühle

Reis

- Basmatireis

- Zucker mit Wasser in einer Chromstahlpfanne ohne Rühren aufkochen. Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Hin- und Herbewegen der Pfanne köcheln, bis ein brauner Caramel entsteht.
- Pfanne von der Platte ziehen, Bouillon und Fischsauce verrühren, dazugießen, Zwiebel und Ingwer begeben, zugedeckt weiterköcheln, bis sich der Zucker gelöst hat. Alles in einen Bratopf oder Wok giessen.
- Pouletflügeli und Bouillon begeben, gut mischen, aufkochen, Hitze reduzieren. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 25 Min. schmoren. Dann offen bei mittlerer Hitze einkochen, bis die Sauce sämig ist, würzen.
- Dazu Basmatireis servieren.

Erdbeercreme mit Rhabarberkompott



Zutaten für 4 Personen

- 125 g Erdbeeren
- 4 EL flüssiger Honig
- 0.25 TL gemahlene Vanillestängel
- 500 g Halbfettquark
- 300 g roter Rhabarber
- 0.5 TL Himbeerstreusel
- 1 EL Wasser
- 2 EL flüssiger Honig
- 125 g Erdbeeren

Zubereitung

- Erdbeeren halbieren, mit Honig und Vanille pürieren. Quark darunterrühren, in die Gläser füllen, zugedeckt ca. 2 Std. kühl stellen.
- Rhabarber evtl. schälen, schräg in ca. 3 cm grosse Stücke schneiden, mit den Himbeerstreuseln, Wasser und Honig zugedeckt in einer Pfanne ca. 3 Min. knapp weich köcheln, auskühlen.
- Erdbeeren in Scheiben schneiden, mit dem Rhabarberkompott auf der Creme anrichten.