

Anzahl	4.00 Port.
Preis	10.43 Port.
Gruppe	HOBBY KÜCHE ZUG
Saison	Ganzjährig
Art des Gerichts	Menu
Autor	André Meier
Quelle	Hobby Küche Zug HKZ



## Gyoza japanische Teigtaschen

170 g	Weissmehl
100 g	Wasser, heiss
120 g	Chinakohl, gerüstet
1.0 Stk	Chilischote, rot, entkernt, gehackt
20 g	Ingwer, frisch, feingehackt
160 g	Hackfleisch vom Schwein
20 g	Sojasauce, japanische
20 g	Limettensaft, frisch
2 g	Salz
40 g	Erdnussöl
8 g	Sesamsamen, schwarz

### für die Sauce

50 g	Sojasauce, japanische
20 g	Limettensaft, frisch
20 g	Honig, flüssig
10 g	Korianderblätter, frisch, gehackt



### Vorbereitung

- Mehl und Wasser in einer Schüssel verrühren, zu einem geschmeidigen glatten Teig kneten.
- Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 20 Min. ruhen lassen.
- Chinakohl fein schneiden, in eine Schüssel geben.
- Chili entkernen, fein schneiden, begeben.
- Ingwer schälen, fein dazureiben.
- Hackfleisch, Sojasauce, Limettensaft und Salz daruntermischen.
- Füllung in ein Sieb geben, etwas ausdrücken, beiseite stellen.

### Zubereitung

- Teig zu einer Rolle von ca. 30 cm Länge formen, diese in 16 gleich grosse Stücke schneiden.
- Teigstücke auf wenig Mehl zu Rondellen von je ca. 8 cm Ø auswallen.
- Mehl auf den Teigondellen abpinseln, je 1½ EL Füllung auf die Mitte geben.
- Teiggränder mit sehr wenig Wasser bestreichen, über der Füllung gut zusammendrücken.
- Mit Daumen und Zeigefinger die Teiggränder kunstvoll zusammenfalten, zu Dumplings formen.
- Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen.
- Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen.
- Hitze reduzieren, die Hälfte der Dumplings in die Pfanne stellen, ca. 1 Min. anbraten, zugedeckt bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 3 Min. braten.
- Deckel entfernen, beidseitig je ca. 3 Min. fertig braten.
- Gyoza herausnehmen, Sesam darüberstreuen, warm stellen.
- Die restlichen Gyoza gleich zubereiten.

### Weitere Zubereitung

- Sojasauce, Limettensaft und Honig verrühren.
- Koriander grob schneiden, unter die Sauce mischen, zu den Gyoza servieren.



Anzahl	4.00 Port.
Preis	10.43 Port.
Gruppe	HOBBY KÜCHE ZUG
Saison	Ganzjährig
Art des Gerichts	Menu
Autor	André Meier
Quelle	Hobby Küche Zug HKZ



## Sushi Variationen

### Sushi-Reis

500 g	Sushi-Reis
700 g	Wasser
70 g	Reisessig
70 g	Zucker
10 g	Salz



### Insideout Sushi

3.0 Stk	Norialgenblätter
50 g	Doppelrahm Frischkäse
10 g	Sesamsamen, schwarz
150 g	Mango, Stk. ca. 300 gr halbiert in Scheiben
60 g	Surimi-Sticks



### Thon Sushi

3.0 Stk	Norialgenblätter
10 g	Sesamsamen, weiss
100 g	Thunfisch, in Salzwasser, abgetropft
80 g	Mayonnaise
150 g	Salatgurke, frisch, in 1 cm dicke Scheiben



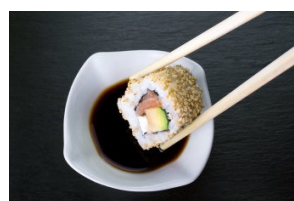
### Vegane Sushi

3.0 Stk	Norialgenblätter
60 g	Tapenade aus roten Oliven
40 g	Spinat, frisch, gerüstet
150 g	Avocado (Stk ca.300 g) in Streifen

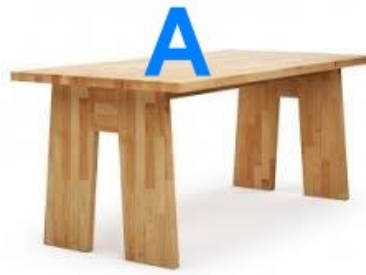


### zum Servieren

100 g	Sojasauce, japanische
20 g	Wasabi-Paste



Anzahl	4.00 Port.
Preis	10.43 Port.
Gruppe	HOBBY KÜCHE ZUG
Saison	Ganzjährig
Art des Gerichts	Menu
Autor	André Meier
Quelle	Hobby Küche Zug HKZ



## Vorbereitung

### - Reis

- Reis in einem Sieb unter fließendem kaltem Wasser so lange spülen, bis dieses klar ist, gut abtropfen.
- Reis und Wasser in eine Pfanne geben, ca. 15 Min. stehen lassen.
- Offen aufkochen, Hitze reduzieren, köcheln, bis das Wasser so weit verdampft ist, dass sich kleine Krater im Reis bilden.
- Zugedeckt bei kleinster Hitze ca. 10 Min. quellen lassen, dabei Deckel nie abheben.
- Sushireis würzen Reisessig, Zucker und Salz in einer kleinen Pfanne unter Rühren erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.
- Reis in eine weite Schüssel geben, mit der warmen Flüssigkeit beträufeln.
- Mit einer Gabel ca. 3 Min. sorgfältig mischen, dabei mit einem Fächer oder einem Karton Luft zufächern.
- Reis mit einem feuchten Tuch bedecken, ca. 15 Min. quellen lassen.
- Reis in 3 Portionen teilen.

## Zubereitung

### - Insideout Sushi

- 1/3 einer Reisportion auf eine Bambusmatte oder auf ein Stück Klarsichtfolie legen.
- 1 Nori-Blatt mit wenig Frischkäse bestreichen, mit der bestrichenen Seite nach oben auf den Reis legen.
- 1 TL Sesam darüberstreuen, etwas Mango und drei Surimi Stäbchen längs auf die untere Hälfte des Nori-Blattes verteilen, satt aufrollen.
- Rolle zwischen den Händen rollen, bis alles gut zusammenhält. Vorgang 2-mal wiederholen.

### - Thon Sushi

- Ein Nori-Blatt mit der rauen Seite nach oben auf eine Bambusmatte oder auf ein Stück Klarsichtfolie legen.
- 1/3 einer Reisportion auf das Nori-Blatt verteilen, dabei oben ca. 2 cm frei lassen.
- Sesam darüberstreuen.
- Thon und Mayonnaise mischen, 1/3 davon mit einigen Gurkenstängel auf die Mitte des Reises verteilen, satt aufrollen.
- Rolle zwischen den Händen rollen, bis alles gut zusammenhält. Vorgang 2-mal wiederholen.

### - Vegane Sushi

- Ein Nori-Blatt mit der rauen Seite nach oben auf eine Bambusmatte oder auf ein Stück Klarsichtfolie legen.
- 1/3 einer Reisportion darauf verteilen, dabei einen Rand von ca. 2 cm frei lassen, mit wenig Tapenade bestreichen.
- Einige Spinatblätter darauf legen, 1/3 der Avocadostreifen auf die untere Hälfte des Reises verteilen, satt aufrollen.
- Rolle zwischen den Händen rollen, bis alles gut zusammenhält. Vorgang 2-mal wiederholen.

### - Servieren

- Sushi-Rollen mit einem nassen, sehr scharfen Messer in Stücke schneiden.
- Sushi mit Sojasauce und Wasabi-Paste anrichten.

Anzahl	4.00 Port.
Preis	10.43 Port.
Gruppe	HOBBY KÜCHE ZUG
Saison	Ganzjährig
Art des Gerichts	Menu
Autor	André Meier
Quelle	Hobby Küche Zug HKZ



## Pistazien-Creme mit Yuzu-Zimtbirnen

### Creme

400 g	Mandelmilch
6.0 Stk	Eigelb, frisch (Stk. 25gr)
60 g	Zucker
120 g	Pistachemasse
100 g	Amaretti

### Birnen

300 g	Birnensaft
20 g	Birnel, Birnendicksaft
20 g	Yuzu-Kosho-Paste
1.0 Stk	Zimtstange
300 g	Birnen, Kaiser Alexander Stk. à ca.150 g

### Anrichten

30 g	Wasabi-Nüsse
1.0 Stk	Zitronengras, Stengel
4.0 Stk	Förmchen von ca. 1.5 - 2 dl Inhalt



### Zubereitung

#### - Creme

- Mandelmilch aufkochen, Pfanne von der Platte nehmen.
- Eigelbe, Zucker und Pistazien-Creme begeben, unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze bis vors Kochen bringen.
- Sobald die Masse bindet, Pfanne sofort von der Platte nehmen.
- Amaretti daruntermischen, in die vorbereiteten Förmchen verteilen, auskühlen.
- Zugedeckt ca. 4 Std. kühl stellen.

#### - Birnen

- Birnensaft, Birnel, Yuzu Kosho und Zimtstange aufkochen.
- Birnen begeben, nochmals aufkochen, auskühlen.
- Birnen herausnehmen, in Scheiben schneiden, Zimtstange entfernen.
- Flüssigkeit sirupartig einkochen, auskühlen.

#### - Anrichten

- Birnen auf der Creme anrichten, Sirup darüberträufeln, Pistazien und Zitronengras darüberstreuen.

« Alles im Mantel » Motto HKZ 2024

Deklaration der allergenen Zutaten.

Glutenhaltiges Getreide, Milch, Eier, Fische, Krebstiere, Soja, Hartschalenobst

### Nährwert pro Person

kcal	1699.9	Fett/g	62.1	Magnesium/mg	196.5	Omega 3/g	0.0
kj	7137.9	Nahrungsfaser/g	7.9	Calcium/mg	213.9	Omega 6/g	0.0
Kohlehydrat/g	231.4	Natrium/mg	1371.1	Niacin/mg	0.0	Phosphor/mg	519.1
Protein/g	42.6	Kalium/mg	1155.2	Eisen/mg	6.4		