

Gyoza, Teriyaki-Soße, Fenchel-Salat, Glasnudel-Knusper

Für zwei Personen

Für die Gyoza:

200 g Dinkelmehl Type 630	2 Tomaten	½ rote Zwiebel
½ Zucchini	½ Aubergine	2 Stängel Rosmarin
1 Bund Basilikum	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für den Fenchelsalat:

1 große Fenchelknolle	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
3 EL Olivenöl	½ Bund glatte Petersilie	Salz, Pfeffer

Für den Glasnudelknusper:

5 g Vermicelli Glasnudeln	1 Prise Paprikapulver	Öl, Salz
---------------------------	-----------------------	----------

Für die Teriyakisauce:

2 Knoblauchzehen	3 cm Ingwer	6 EL Sojasauce
6 EL weißer Sherry	Speisestärke	5 EL Rohrzucker

Für die Garnitur:	1 rote Chilischote	2 TL Sesamsamen
--------------------------	--------------------	-----------------

Für die Gyoza:

Für den Gyoza-Teig 95 ml Wasser aufkochen und mit dem Mehl und einer Prise Salz in einen Multi Zerkleinerer geben. Kurz auf höchster Stufe krümelig mixen. Mit den Händen zu einer Kugel formen und abgedeckt ruhen lassen.

Zwiebel abziehen und mit Zucchini, Aubergine und Tomate fein würfeln.

Rosmarin abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Rosmarin mit der Zwiebel in einer Pfanne mit Olivenöl andünsten. Restliches Gemüse dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und bissfest dünsten. Basilikum abbrausen, trockenwedeln, grob schneiden und unter das Gemüse geben.

Den Nudelteig mit Hilfe einer Nudelmaschine sehr dünn ausrollen und Kreise ausstechen. Mit dem Gemüse belegen und zu Gyoza falten. Etwas Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Gyoza kurz darin nur von der Unterseite braten. Den Pfannenboden mit Wasser bedecken und mit dem Deckel verschließen. Gyoza etwa 3 Minuten darin dämpfen, den Deckel abnehmen und weiter braten bis das Wasser verdampft ist.

Für den Fenchelsalat:

Fenchel sehr fein hobeln, Zitronenschale fein abreiben und auf den Fenchel geben. Knoblauchzehe abziehen und darüber pressen, Petersilienblätter fein hacken und dazu geben. Mit Salz und Pfeffer würzen, Zitrone auspressen und den Saft darüber geben. Zum Schluss das Olivenöl darüber geben und alles vermischen.

Für den Glasnudelknusper:

Öl erhitzen und die Glasnudeln kurz darin frittieren. Abtropfen lassen und mit Salz und Paprikapulver bestreuen.

Für die Teriyakisauce:

Knoblauch abziehen und Ingwer schälen und grob zerkleinern. Mit Sojasauce, Sherry und Zucker in einem Topf aufkochen und 50 ml Wasser zugeben. Alles zusammen auf mittlerer Temperatur ziehen lassen. Sauce durch ein Sieb passieren, wieder in den Topf geben und erneut aufkochen. Teriyakisauce nach Belieben mit Stärke andicken.

Für die Garnitur:

Chilischote entkernen und in feine Ringe schneiden. Sesam ohne Fett in einer Pfanne leicht rösten. Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Chili und Sesam garnieren und servieren.

Malin Veith am 24. November 2020