

Garnelen-Wan-Tan mit gedämpftem Gemüse und Chili-Soße

Für zwei Personen

Für die Wan-Tan:

10 Wan-Tan-Blätter (8-10 cm)	100 g ausgelöste Garnelen	25 g Speck
50 g Bambussprossen	1 Limette	1 Frühlingszwiebel
3 cm Ingwer	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch	1 TL Speisestärke
2 TL Sesamöl	1 Prise Zucker	Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Gemüse:

100 g Zuckerschoten	1 Karotte	100 g Brokkoli
2 Lauchzwiebeln	2 Knoblauchzehen	50 ml Reiswein
1 TL Sesamöl	1 Prise Zucker	

Für die Chilisaucе:

3 rote Chilis	1 Prise Chilipulver	$\frac{1}{2}$ TL Speisestärke
1 Prise Zucker	1 Knoblauchzehe	2 TL Tomatenmark
100 ml Hühnerbrühe	Pflanzenöl	Salz
Pfeffer		

Für die Wan-Tan:

Die Frühlingszwiebel putzen und fein hacken. Garnelen, Speck, Bambussprossen ebenfalls fein hacken. Inger schälen und fein reiben. Alles Zutaten vermengen, Speisestärke und 1 TL Sesamöl unterrühren. Mit Zucker, Limettensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. In die Mitte jedes Wan-Tan-Blattes 1 TL Füllung setzen.

Den Teig zu einem Säckchen einschlagen und oben offen lassen, sodass noch ein wenig Füllung zu sehen ist und mit Schnittlauch zubinden. Wok 3 – 5 cm hoch mit Wasser füllen und zum Kochen bringen.

Dämpfeinsatz mit etwas Öl auspinseln. Die Wan-Tan hineinsetzten und mit Sesamöl bepinseln. Etwa 10 Minuten bei geschlossenem Deckel dämpfen.

Für das Gemüse:

Gemüse putzen, Karotten in feine Streifen schneiden. Lauchzwiebeln in 4 cm große Stücke schneiden. Zuckerschoten halbieren und Brokkoli in kleine Röschen teilen.

Karotten in einen Suppenteller geben, mit Reiswein beträufeln und etwas Zucker bestreuen. Knoblauch abziehen, in feine Streifen schneiden und dazugeben. Im Topf auf dem Teller dämpfen. Nach 5 Minuten Frühlingszwiebel und Brokkoli dazugeben, nach weiteren 5 Minuten die Zuckerschoten. Alles mit Sesamöl beträufeln, salzen und pfeffern.

Für die Chilisaucе:

Knoblauch abziehen und zusammen mit den Chilis kleinschneiden. Eine Pfanne mit Öl erhitzen und beides darin leicht anbraten. Der Knoblauch darf nicht braun werden. Tomatenmark hinzufügen und etwas anschwitzen. Mit Hühnerfond ablöschen den Zucker dazugeben.

Einkochen lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Bedarf mit Chilipulver nachschärfen. Falls die Sauce zu dünn ist, Speisestärke in kaltem Wasser auflösen und hinzugeben. Sauce nochmals aufkochen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Kilian Brandenburg am 23. Juli 2019