

Gedämpfte Garnelen-Hähnchen-Bällchen im Reis-Mantel

Für 2 Personen

125 g Hähnchenbrustfilet	125 g Riesen-Garnelen	100 g Basmatireis
1 Salatgurke	2 Frühlingszwiebeln	1 reife Mango
Butter	1 EL Speisestärke	1 EL Semmelbrösel
2 EL Reisessig	2 EL Sojasoße	2 EL Sweet-Chili-Soße
3 EL Sonnenblumenöl	1 Bund Koriander	Chili
schwarzer Pfeffer	Salz	

Die Garnelen längs am Rücken aufschneiden, entdarmen, von der Schale befreien, waschen und trocken tupfen. Die Hähnchenbrüste ebenfalls sorgfältig waschen und trocken tupfen. Anschließend beides möglichst fein hacken. Das Ganze mit der Speisestärke, den Semmelbröseln und der Sojasoße vermischen und die Masse mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken. Mit angefeuchteten Händen etwa walnussgroße Bällchen formen und diese rundherum in dem Basmatireis wälzen. Einen Topf bis zu etwa einem Drittel mit Wasser füllen und zum Kochen bringen. Danach einen Dämpfeinsatz mit der Butter einfetten und die Bällchen nebeneinander hineingeben. Den Dämpfeinsatz in den Topf einhängen und die Bällchen darin zugedeckt bei 80 bis 85 Grad etwa 15 Minuten garen. Für den Salat die Gurke waschen und eine Hälfte in dünne Scheiben schneiden. Den Koriander zupfen und fein hacken. Die Frühlingszwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Anschließend die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Stein trennen und dann in Würfel schneiden. Alles mit der Sweet-Chili-Soße, dem Reisessig, dem Öl und zwei Esslöffeln Koriander vermengen. Den Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gedämpften Garnelen-Hähnchen-Bällchen im Reismantel mit dem Gurken-Mango-Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Richard Melz am 17. Januar 2012