

Bittermelone mit Schweinefleisch-Garnelen-Füllung

3 bis 4 Bittermelonen	Natriumbikarbonat	200 g fettes Schweinefleisch
100 g Garnelenfleisch	1/2 TL Salz	Maisstärke, Öl
Sauce:		
1 EL ferment. schwarze Bohnen	3 Knoblauchzehen	1 TL Ingwerwurzel
2 TL Reiswein	2 TL Pilz-Soja-Sauce	1 TL Zucker
weißer Pfeffer	1/8 L Hühnerbrühe	1 TL Maisstärke

Die Balsambirne in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden und Samen und faserige Mitten mit einem Löffel entfernen. In einen Topf geben und mit kaltem Wasser bedecken. Das Natron hinzufügen und das Wasser zum Kochen bringen. Die Früchte köcheln, bis sie beginnen, weich zu werden, dann abtropfen lassen.

Schweine- und Garnelenfleisch mit zwei Hackmessern gleichzeitig oder in einer Kompaktküchenmaschine fein zerkleinern. Das Salz gut untermischen. Die Balsambirnenringe innen mit Maisstärke bestäuben und die Fleischmasse hineinfüllen. Die Außenflächen glätten und dünn mit Maisstärke überziehen.

In einen flachen Topf etwa 1,5 cm hoch Öl gießen, erhitzen und die Bittermelonenscheiben auf beiden Seiten vorsichtig braten, bis die Füllung außen knusprig und das Fruchtfleisch hellgrün und weich ist.

Aus dem Topf nehmen, abtropfen lassen und auf einer Servierplatte anrichten.

Das Öl bis auf etwa 2 Eßlöffel aus dem Topf gießen. Schwarze Bohnen und Knoblauch fein hacken und kurz im heißen Öl braten, den Ingwer hinzufügen und ebenfalls kurz braten. Wein und Sojasauce dazugeben und einige Sekunden später auch Zucker, Pfeffer und die mit Brühe vermischte Maisstärke. Die Sauce unter Rühren zum Kochen bringen, dann über das Gericht ziehen und sofort servieren.

Chinesisch am 03. Februar 2020