Teigtaschen Fun Guo

Weltküche / Vorspeise

Par Qookster

Détail de la recette



Difficulté	Couverts	Prix	Préparation	Cuisson
Moyen	20	$	60min	10min

Ni-hao! Wir fliegen heute ins Reich der Mitte für ein neues Dim-Sum-Rezept! Fun Guo sind gedämpfte Teigtaschen, bei denen man die Füllung sehen kann. Sie sehen nicht nur schön aus, sondern sind auch ultra lecker! Für den Teig brauchst du drei verschiedene Stärken: Weizen-, Tapioka- und Kartoffelstärke. Tapiokastärke bekommst du im Asia-Shop oder im Bioladen. Wenn du keine Lust hast, deinen Teig selbst zu machen, kannst du auch Har Gau Ravioli-Blätter in einem chinesischen Lebensmittelgeschäft kaufen. In traditionellen Rezepten wird der Teig in kleine Teigstücke aufgeteilt und jedes Ravioliblatt einzeln ausgerollt, der Einfachheit halber rolle ich den Teig hier aber mit einer Pastamaschine aus. Das Rezept ergibt etwa 20-25 Ravioli.

Zutaten

Für die Füllung

200 g gehacktes Schweinefleisch

50 g geschälte rohe Crevetten

50 g Bambussprossen

4 Shiitake-Pilze

1 kleine Karotte

1 TL frisch geriebener Ingwer

1 Frühlingszwiebel

2 Zweige Koriander

1 TL Zucker

1 TL Sojasauce

1 TL Shaoxing-Wein

1 TL Sesamöl

1 TL Maisstärke

1/2 TL Salz

1/4 TL gemahlener weisser Pfeffer

Für den Teig

120 g Weizenstärke

70 g Tapiokastärke

30 g Kartoffelstärke

1/4 TL Salz

2,5 dl. kochendes Wasser

1,5 TL neutrales Öl

Für die Sosse (optional)

2 EL Sojasauce

1 EL Chinkiang-Essig

1/2 TL gehackter Ingwer

Étapes de préparation

1

Für die Füllung: Schneide die Crevetten, die Bambussprossen, die Champignons und die Karotte in kleine Würfel. Schneide die Frühlingszwiebel und den Koriander fein.



2

Vermische alle Zutaten aus dem vorherigen Schritt mit dem Schweinehackfleisch, dem Zucker, den Sojabohnen, dem Shaoxing-Wein, dem Öl, der Speisestärke, dem Salz und dem Pfeffer. Stelle kühl.



3

Für den Teig: Mische die drei Stärkemehle und das Salz in einer Schüssel. Gib das kochende Wasser hinzu und rühre gut um, bis es aufgesogen ist. Wenn der Teig in dieser Phase klebrig und klumpig aussieht, ist das normal!



4

Gib das Öl in einen Topf oder Mörser, füge den Teig hinzu und verarbeite ihn mit dem Stössel (oder der Faust) etwa 5 Minuten lang, bis er glatt und elastisch ist. Gib den Teig in einen Gefrierbeutel und lass ihn 5 Minuten ruhen.



5

Viertle den Teig, bemehle die Stücke leicht mit Kartoffelstärke und rolle jedes auf der Pastamaschine aus (beginnend mit der breitesten Öffnung der Walzen, bis zur zweitengsten Einstellung). Schneide dann runde Teigstücke mit einem Durchmesser von ca. 9-10 cm aus. Wichtig: Lass den Teig, den du gerade nicht verarbeitest, immer im Gefrierbeutel, damit er nicht austrocknet.



6

Gib 1 TL Füllung in die Mitte jedes Teigkreises und schliesse die Teigtasche zu Halbmonden, indem du die Innenränder leicht befeuchtest. Falte sie dann in der Mitte, um die Enden der Halbmonde zu versiegeln. Nach diesem Schritt kannst du die Teigtaschen entweder garen oder sie so einfrieren.



7

Leg die Fun Guo in einen Dampfkorb über einen Topf mit kochendem Wasser und lass sie 7 Minuten garen. Serviere sie heiss mit der Sosse (die du aus allen Zutaten zusammenstellst).

