

Scharfe Nudelsuppe



200g Breite Reismudeln

150g Weizen Nudeln

20g Pilze

400g Rumpsteak

5 EL Soja Sauce / Hoisinsoße

2 EL trockener Wein

1 mittelgroße Paprikaschote (rot)

1 mittelgroße Paprikaschote (gelb)

1 Lauch Stange (100g)

150g Bohnensprossen

1 Zwiebel

1 Zehe Knoblauch

1 Stück Ingwer

4 EL Öl

2 Liter Fleisch Brühe

2TL Chilliflocken

Salz und Pfeffer

Zubereitung der Nudelsuppe

Schritt 1

Pilze und Nudeln getrennt mit kochendem Wasser überbrühen und einweichen.

Schritt 2

Fleisch in dünne Streifen schneiden. Mit 1 EL Sojasauce und Sherry vermischen und 30 Min. zugedeckt ziehen lassen.

Schritt 3

Paprika in dünne Streifen, Lauch in feine Ringe schneiden. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer in feine Würfel schneiden. Pilze grob hacken.

Schritt 4

In einem Wok 2 EL Öl erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer 30 Sek. anrösten.

Schritt 5

Paprika dazugeben und 2 Min. braten, dann Lauch, Sprossen und Pilze 1 Min. mitbraten. Gemüse aus dem Wok nehmen und warm stellen.

Schritt 6

Übriges Öl erhitzen. Fleisch unterrühren und anbraten. Hoisinsauce und Sojasauce einrühren. Brühe angießen und aufkochen.

Schritt 7

Nudeln abtropfen lassen und mit dem Gemüse in die Suppe geben. Noch 3-4 Min. kochen lassen.

Schritt 8

Mit Sambal Oelek, Salz und Pfeffer abschmecken.

Diese Suppe kann auch mit anderen Gemüsesorten und Pilzen zubereitet werden 😊

Chicken Teriyaki



100ml Sojasauce

1 TL Honig

25ml Sherry

1TL Speisestärke

Pfeffer und Salz

Sesamsaat

120g Frühlingszwiebeln

3 TL Rohrzucker

600g Hähnchenbrustfilet

25g Ingwer

3 Knoblauchzehen

2 Zwiebeln

Zubereitung des Chicken Teriyaki

Schritt 1

Frühlingszwiebeln schneiden und mit dem Rohrohrzucker in einer Pfanne anschwitzen und leicht karamellisieren lassen. Anschließend aus der Pfanne nehmen und etwas abkühlen lassen.

Schritt 2

Das Hähnchenbrustfilet in Streifen schneiden und in einen großen Topf geben. Ingwer, Knoblauch und Zwiebeln schälen und in kleine, feine Würfel schneiden.

Schritt 3

Die Sauce aus Sojasauce, Honig, Sherry und etwas Pfeffer anrühren. Zwiebeln, Knoblauch und fein gewürfelten Ingwer hinzugeben. Die Sauce über das Fleisch geben.

Schritt 4

Alles auf niedriger Stufe für ca. 20 bis 30 Minuten köcheln lassen. Anschließend das Fleisch herausnehmen, die Stärke in etwas kaltem Wasser auflösen und zur Soße hinzugeben und gut verrühren und noch einmal kurz aufkochen, bis die Soße andickt. Fleisch wieder zur Soße in den Topf geben und alles gut miteinander vermengen.

Schritt 5

Teriyaki Chicken mit Sesam, Sesamöl und Frühlingszwiebeln servieren. Tipp: Als Beilage passt zum Beispiel Basmati-Reis oder knackiges Wok-Gemüse.

Mochis



150g Klebereismehl

100g Zucker

180ml Pfirsichsaft

Mangoeis

Blaubeeren

Blaue Lebensmittelfarbe

Gelbe Lebensmittelfarbe

Zubereitung der Mochis

Schritt 1

Zutaten für den selbstgemachten Mochi-Teig bereitlegen.

Tipp: Am besten auch die weiteren Zutaten für die Füllung etc. parat haben, denn der Mochi-Teig sollte direkt, weiterverarbeitet werden.

Übrigens, am besten breitest du Backpapier aus und verteilst großzügig Stärkemehl mithilfe eines Siebs darauf. Den Mochi-Teig nach dem Garen dann mit dem Kochlöffel aus der Schüssel direkt in das Stärkemehl geben, damit er nicht festklebt!

Schritt 2

Das Klebreismehl durch ein Sieb in eine Schüssel streichen, Zucker hinzufügen und mit Wasser (oder Fruchtsaft) gründlich vermischen.

Hinzu können auch noch andere Zutaten kommen, wie Matcha, Lebensmittelfarbe oder Kokosmilch.

Tipp: Zu Beginn ist die Masse sehr zäh, fast klumpig. Nicht irritieren lassen! Immer weiter mit dem Löffel rühren. Der Zucker wird sich langsam auflösen und den Teig nach einiger Zeit wieder verflüssigen.

Schritt 3

Alle Zutaten werden in einer Schüssel vermischt und zu einem Teig verrührt. Zu Beginn ist die Masse sehr zäh, fast klumpig. Aber bitte nicht irritieren lassen. Immer weiter mit dem Löffel rühren. Der Zucker wird sich langsam auflösen und den Teig nach kurzer Zeit wieder verflüssigen. Wenn der Teig an Zuckerguss erinnert, ist er fertig gerührt.

Schritt 4

Den Mochi-Teig in eine beschichtete Pfanne mit hohem Rand geben. Die Pfanne bei kleiner bis mittlerer Hitze langsam erwärmen. Den Teig mit einem Kochlöffel ununterbrochen in der Pfanne verrühren. Die Masse wird langsam dickflüssiger werden und Klümpchen bilden. Alles immer weiter gründlich vermischen, auch das am Boden und den Rändern Festgesetzte lösen und verrühren.

Schritt 5

Der Teig wird sich nach etwa 5 Minuten zu einer zusammenhängenden Kugel formen. Dann noch weitere 5 Minuten den Teig in der Pfanne drehen, wenden und mit dem Kochlöffel auf den Pfannenboden drücken.

Schritt 6

Wenn der Teig durchscheinend wirkt und schön glänzt, ist er fertig. Am besten direkt auf Stärkemehl ausbreiten, dann kann der Teig weiterverarbeitet werden.