

Tom Ka Gai – klassische thailändische Hühnersuppe aus dem Thermomix



Be

i „superkitchenmaschine“ gibt es das Rezept und eine Videoanleitung für diese leckere, exotische Suppe.

Natürlich gilt auch hier – es geht auch alles ohne Thermomix – aber nicht so bequem !

Für 2 große Portionen :

1000 g Hühnerbrühe

(selbstgekochte ist sicher am besten, aber fertig gekaufte oder Instant wird auch schmecken)

400 g Kokosnußmilch

1 Stängel Zitronengras, in grobe Stücke geschnitten, etwas zerstoßen

1 daumengroßes Stück frische Galgantwurzel, in Scheiben geschnitten

4 – 5 frische oder gefrorene Kaffirblätter, etwas zerreißen
nach Belieben kleine, getrocknete, rote Chilischoten, etwas zerstoßen

1 Knoblauchzehe, geschält, etwas zerdrückt

1 – 2 TL grüne Currypaste

2 kleine Hühnerbrustfilets, in Würfel geschnitten

(oder das abgelöste Fleisch von 6 Beinchen)

5 – 6 Champignons, geviertelt

ca. 1 EL thailändische Fischsauce

1 Limette, den Saft

1 handvoll frische Korianderblätter

Brühe und Kokosnußmilch zusammen mit den Gewürzen in den Mixtopf geben.

5 Min. / 100 °C / LINKSLAUF / Stufe 2 kochen lassen, damit die Brühe das Aroma der Gewürze aufnehmen kann.

Den Gareinsatz in den Mixtopf setzen und mit dem Hühnerfleisch befüllen.

Weitere **1 Min. / 90 °C / LINKSLAUF / Stufe 2** kochen lassen.

Die Champignons zufügen und nochmals **10 Min. / 90 °C / LINKSLAUF / Stufe 2** köcheln lassen.

Den Gareinsatz mit Hilfe des Spatels herausnehmen und Fleisch mit Pilzen in zwei Schalen verteilen. Die Brühe mit Fischsauce und Limettensaft (evtl. Salz) abschmecken.

Den leeren Gareinsatz wieder in den Mixtopf setzen, festhalten und die Brühe auf die beiden Schalen verteilen. Der Gareinsatz verhindert dabei, dass die Gewürzfasern mit in die Schalen gelangen.

Mit frischen Korianderblättern bestreuen und servieren.

Fenchel-Melonen-Salat mit Ziegenkäse und Minze

Beim „Blog-Stöbern“ bin ich zufällig auf „deckschonmaldentisch“ gestoßen. Es ist ein wirklich schöner, ansprechender Blog, der durch seine tollen Fotos und Rezepte zum Verweilen einlädt. Dieser Salat sah so lecker und sommerlich aus, dass ich ihn gleich nachmachen mußte.



für ca. 2 Portionen :

1 Fenchelknolle

Meersalz

1 Galia-Melone

200 gr Ziegenkäse oder Feta, in kleine Stücke zerteilt

1 Hand voll Minzblätter, fein gehackt

2 EL weißer Balsamico-Essig

4 EL Olivenöl

1 TL feiner Zucker

www.kochen-basteln.de

1 Knoblauchzehe, gepreßt

Meersalz, frischer schwarzer Pfeffer

1 EL rote Pfefferbeeren

Für das Dressing Essig, Zucker und Salz so lange verrühren, bis sich alles aufgelöst hat. Knoblauch, Pfeffer und Öl unterrühren.

Den Fenchel waschen, trocknen und in Streifen hobeln. Mit etwas Meersalz gut vermengen.

Die Melone in kleine Würfel schneiden (hübscher für's Auge wären natürlich kleine Melonenkugeln !)

Fenchel, Melone, Minze, Käse und Dressing gut miteinander mischen.

Auf Tellern anrichten und mit roten Pfefferbeeren bestreuen.

Etwas Brot und einen schönen, kühlen Weißwein dazu – fehlt nur noch ein lauer Sommerabend auf der Terrasse !!!



Di

e Pfefferbeeren geben erst den richtigen Pfiff. Da noch ein paar geröstete Pinienkerne übrig waren, kamen die auch noch dazu.

asiatischer Glasnudelsalat mit Hackfleisch

Besonders für warme Tage ist dieser Salat eine leichte Mahlzeit. Die verwendeten Zutaten sorgen dabei für ein tolles Geschmackserlebnis. Genau wie es bei „Pi mal Butter“ beschrieben wurde !



Di

e Zutaten habe ich so übernommen nur die Zubereitung etwas verändert.

Für ca. 4 Portionen :

250 gr. Glasnudeln

5 EL Olivenöl

500 gr. Rindergehacktes

2 Knoblauchzehen, gepresst

4 TL Garam Masala (z.B. von Schuhbeck)

2 gehäufte TL geriebener, frischer Ingwer

3 TL Zucker

1 Bund Frühlingszwiebeln

5 EL frischer Limettensaft

3 – 4 EL Fischsauce (Thai)

1 – 2 Chilischoten, in feine Ringe geschnitten

Salz, Pfeffer

frischer Koriander, nur die abgezapften Blätter

Zunächst habe ich eine Marinade hergestellt :

Dafür den Limettensaft mit Salz und Zucker verrühren bis sich alles aufgelöst hat. Fischsauce und 4 EL Olivenöl einrühren. Ingwer, Knoblauch und Chili zufügen. Zur Seite stellen.

Das Bund Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden. Dabei den weißen Anteil von dem grünen Anteil trennen.

Wasser zum Kochen bringen und die Glasnudeln darin ca. 4 – 5 Minuten ziehen lassen. Danach abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken. Mit einer Schere grob die Nudelnester zerschneiden.

1 EL Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Das Weiße der Frühlingszwiebeln darin andünsten. Rindergehacktes zugeben und krümelig braten. Mit Garam Masala, Salz und Pfeffer abschmecken.

Glasnudeln mit der Marinade übergießen und gut vermengen. Frühlingszwiebeln (grünen Teil) unterheben. Hackfleischmasse gründlich untermengen.

Mit frischen Korinaderblättern bestreuen und servieren.

Ich persönlich mag frischen Koriander sehr gerne und hebe reichlich davon direkt unter.

Wer den Geschmack nicht mag, läßt ihn einfach weg. Der Salat ist auch so sehr lecker.

Dieser Salat schmeckt warm und kalt.



Als Hauptmahlzeit reicht diese Menge für Zwei.

Ansonsten ist es eine tolle Vorspeise z.B. für ein asiatisches Menü.

Druckversion : asiatischer Glasnudelsalat mit Hackfleisch

Thunfischtatar

Wenn ich Sushi zubereite, kaufe ich direkt ein sehr großes Stück Thunfischfilet.

Davon werden Thunfischsteaks abgeschnitten und eingefroren, die Streifen für die Sushirollen zubereitet und der verbleibende Rest zu Thunfischtatar verarbeitet.

Dieses Tatar nehme ich auch zum Befüllen von Sushirollen.

Es schmeckt aber auch sehr gut zu einer gerösteten Scheibe Weißbrot.



Fü

r ca. 250 – 300 gr. Thunfisch

2 Frühlingszwiebeln, in feine Ringe schneiden

1 Limette, nur den Saft

1 TL Salz, Fleur de Sel

1 TL rosa Pfefferbeeren, im Mörser fein zerstoßen

1 kleine Knoblauchzehe, gepreßt

250 – 300 gr. Thunfischfilet, in kleine Würfel geschnitten

Alle Zutaten gut miteinander vermengen und ca. 30 Minuten durchziehen lassen.

Sushi

Manchmal kommt der Heißhunger auf richtig leckeres und frisches Sushi – und bei der benötigten Menge lohnt es sich dann schon es selbst zu machen.



Be

sonders wichtig ist der Reis – gelingt der nicht, ist das Sushi nur halb so gut.

Ich verwende pro Rolle eher wenig Reis und bekomme aus dieser Menge ca. 14 Rollen. Pro Rolle entstehen dann jeweils 6 Röllchen. Die zwei unschönen Endstücke einer jeden Rolle ergeben dann auch nochmal einen richtig tollen Resteteller !!!

Gemäß Rezept reicht der Reis nur für 6 bis 8 Rollen :

500 gr Sushireis

600 ml Wasser

4 EL Reisessig

3 EL Zucker

2 TL Salz

1 EL Mirin (japanischer Reiswein)

Den Reis gründlich in einer Schüssel unter fließendem, kalten Wasser waschen. Solange, bis das Wasser klar bleibt.

Anschließend in einem Sieb abtropfen lassen.

Reis und Wasser in einen Topf geben, Deckel schließen und 10 Minuten quellen lassen.

Der Deckel bleibt bis zum Schluß auf dem Topf und wird nicht geöffnet – es wird auch nicht umgerührt !!!

Wasser und Reis langsam zum Kochen bringen, 1 – 2 Minuten sprudelnd kochen lassen.

Temperatur abschalten, Reis 10 Minuten ziehen lassen.

Deckel kurz anheben und ein sauberes Küchenhandtuch über den Topf legen, Deckel sofort wieder darüber schließen. Weitere 10 Minuten ziehen lassen.

Inzwischen Reisessig, Zucker, Salz und Mirin in einem kleinen Topf erwärmen, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben.

Der Reis muß jetzt schnell abgekühlt werden. Ich benutze dafür eine große Auflaufform.

Den Reis in die Auflaufform geben und mit einem Spatel immer wieder drehen und wenden. Dabei mit den flüssigen Gewürzen übergießen und gut verteilen.

Zwischendurch mit einem Fächer bzw. Schneidebrettchen kalte Luft zu wedeln.

Ein Löffel sollte nicht verwendet werden, da durch die Wölbung eher gerührt als gewendet wird und der Reis eine pappige Konsistenz bekommen würde.



De

r Reis sollte nach dem Abkühlen locker, fluffig und klebrig sein und noch etwas „Biß“ haben.

Alle weiteren Zutaten vorbereiten.

– Noriblätter halbieren

- rohes Fischfilet (z.B. Thunfisch, Lachs) zurecht schneiden
- Gurken, Avocado, Frühlingszwiebeln, Surimi, Garnelen bereitlegen
- Wasabi, Mayonnaise (z.B. Sandwichcreme in der Squeezeflasche), Wasserschale

griffbereit halten

- die Bambusmatte mit Frischhaltefolie einwickeln, damit nichts in den Zwischenräumen

kleben bleibt



Da

s Noriblatt mit der glänzenden Seite nach unten auf die Bambusmatte legen.

Hände mit dem Wasser anfeuchten, etwas Reis nehmen und auf dem Blatt gleichmäßig verteilen.

Einen Streifen Fischfilet auf den Reis ins unteren Drittel legen. Einen Streifen Frühlingszwiebel eng dazu legen. Mit einem Finger etwas Wasabi aufnehmen und auf dem Fisch dünn verstreichen.

Mit Hilfe der Matte eine Sushirolle drehen.

Gibt man bei im Internet den Suchbegriff „Sushi selber machen“ ein, werden zahlreiche Tipps und Tricks mit Bildern oder Videos gezeigt, die es sehr verständlich machen.



Au

f diese Weise können nun die verschiedensten Rollen gefüllt werden.

Dreht man das Noriblatt – nachdem man den Reis darauf verteilt hat – um, kann man einen schmalen Streifen Sandwichcreme der Länge nach auftragen, einen Streifen Gurke, einen Streifen Surimi, einen Streifen Frühlingszwiebel eng zusammenlegen und eine Rolle drehen.

In diesem Fall ist der Reis nun auf der Außenseite. Diese „Inside out“ Rollen werden anschließend in geröstetem Sesam gewälzt.



Di

e Rollen lassen sich am Besten mit einem großen, scharfen Messer schneiden, dessen Klinge stets sauber und mit einem Tropfen Wasser benetzt sein sollte.



Thunfischtatar und Sushi

Von dem restlichen Fischfilet lässt sich sehr gut ein Fischtatar zubereiten.

Es kann auch als Füllung für Sushi verwendet werden. Ansonsten schmeckte es prima

mit einer gerösteten Scheibe Weißbrot.



Se

rvirt wird stilecht mit Stäbchen, Wasabi, Sojasauce und eingelegtem Ingwer