

Kochabend vom 26. Oktober 2007

Vorspeise



Gefüllte Weisskohlblätter in klarer Suppe (Muhhogalampjie)

Hauptgericht



Gebratenes Hühnerfleisch mit Ceshewnnüssen (Kai phat met mamuang himmaphaan)

Gedünstetes Gemüse mit Ingwersauce (Pagtomradnamkhing)

Thai Jasmine Rice

Dessert

Gerbratene Bananen (Kluay Khaek)

Gefüllte Weisskohlblätter in klarer Suppe (Muhhogalampolie)

Zutaten für 4 Personen

- 10 Gramm getrocknete Morcheln (Mu-Err-Pilze)
- 1 kleiner Kopf Weisskohl
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Koreanderwurzeln
- 300 Gramm Schweinehackfleisch
- 3 EL helle Sojasauce
- ½ TL weiser Pfeffer
- ½ TL Salz
- 5 Thai-Frühlingszwiebeln
- 2 EL Oel
- 2 Würfel Extrakt für klare Suppe
- 1 Liter Wasser
- Noilly Prat und Vegetal zum abschmecken der Suppe

Zubereitung

- Morcheln in kaltem Wasser einweichen.
- Vom Kohl 12 Blätter lösen, die Mittelrippen herausschneiden.
- Etwa 5 cm hoch Wasser im Reiskocher einfüllen, Kohl auf den Steamereinsatz legen und zugedeckt 5 Minuten dämpfen bis sie geschmeidig sind. Herausnehmen und auf einem Küchentuch auslegen.
- Knoblauch schälen, Korianderwurzeln waschen, beides grob hacken und zusammen im Mörser fein zerkleinern. Die Morcheln abgießen, ausdrücken und fein schneiden.
- Hackfleisch in einer Schüssel mit der Knoblauch-Koriander-Mischung, den Morcheln, der Sojasauce, Pfeffer und Salz gut verkneten. Die Fleischmasse in 12 Portionen teilen.
- Jedes Kohlblatt so überlappend auslegen, dass der Einschnitt vom Entfernen der Mittelrippe verdeckt ist. Jeweils eine Portion Hackfleischmasse darauf geben und das Blatt zu einem kleinen Päckchen (etwa 4 x 5 cm) zusammenfalten, eventuell mit Zahnstochern zustecken.
- Im Reiskocher 5 cm hoch Wasser zum Kochen bringen. Die gefüllten Weisskohlblätter auf den Steamereinsatz legen und zugedeckt 15 – 20 Minuten dämpfen.
- Wasser in eine Pfanne geben, Extrakt für klare Suppe hinzufügen, kochen und würzen.
- Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Das Oel in einer Pfanne erhitzen, die Frühlingszwiebeln darin 1 Minute anbraten. Mit 2 EL Wasser ablöschen.
- Die Suppe in Teller anrichten. Je 3 gefüllte Weisskohlblätter hinzufügen. Mit Frühlingszwiebeln garnieren-

Gebratenes Hühnerfleisch mit Ceshewnüssen (Kai phat met mamuang himmaphaan)

Zutaten für 4 Personen

- 300 Gramm Hühnerbrust, in dünne Scheiben geschnitten
- ½ Tasse geröstete Cashewnüsse
- ¼ Tasse getrocknete Chilischoten, in 1 cm grosse Stücke geschnitten, angebraten (Körner entfernen da sonst zu scharf)
- 1 kleine Zwiebel, in Scheiben geschnitten
- 1 rote Chili (diagonal aufgeschnitten)
- 1/3 Tasse Frühlingszwiebeln, in 2 – 3 cm lange Stücke geschnitten
- ½ EL gehackte Knoblauch
- ¼ TL Salz
- 1 TL Fischsauce
- 1 EL dunkle Sojasosse
- 1 EL Speiseöl
- Koriandergrün zum Garnieren

Zubereitung

- Knoblauch in heissem Öl bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten Hühnerfleisch zugeben und mitbraten
- Zwiebelscheiben, Cashewnüsse, getrocknete Chilistücke und Frühlingszwiebeln unterheben. Vom Herd nehmen. Mit Salz-, Fisch- und dunkler Sojasosse abschmecken.
- Das fertige Gericht auf einem Teller anrichten und vor dem Servieren mit roten Chili und Koriander garnieren

Gedünstetes Gemüse mit Ingwersauce (Pagtomradnamkhing)

Zutaten für 4 Personen

- 20 Gramm frischer Ingwer
- 1 Zwiebel
- 1 Kleine Tomateel
- 500 Gramm Pa-Choi
- 2 Möhren
- 100 Gramm Sojasprossen
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Öl
- 10 Gramm Palmzucker
- 3 EL Zitronensaft
- 3 EL helle Sojasauce
- 1 EL Fischsauce

Zubereitung

- Ingwer schälen und fein reiben oder hacken. Die Zwiebel schälen und klein würfeln. Die Tomate waschen und in kleine Stücke schneiden, den Stielansatz dabei entfernen. Pak-Choi in die einzelnen Blätter zerteilen, diese putzen, waschen und gut abtropfen lassen. Blätter jeweils längs halbieren oder dritteln und quer in 2 cm breite Streifen schneiden
- Die Möhren schälen und – am besten mit dem Julienhobel – in streichholzartige Stifte schneiden. Sojasprossen abrausen und gut abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen und fein hacken.

Kochclub „roschtige Schnitzer“

- Im Wok oder einer schweren tiefen Pfanne 1 EL Öl erhitzen, Ingwer und Zwiebeln darin 1 Minute anbraten. Die Tomate unterrühren und mit Zucker, Zitronensaft, Sojasauce und Fischsauce würzen.
- Alles 2 Minuten unter Rühren schmoren, im Wok zur Seite schieben oder aus der Pfanne nehmen. 1 EL Öl erhitzen und den Knoblauch darin goldgelb anbraten.
- Die Möhren hinzufügen und 2 Minuten bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren anbraten. Pak-Choi und Sojasprossen unterrühren, 2 – 3 Minuten mitbraten.
- Alles mit der Ingwer-Tomaten-Sauce vermischen und noch kurz weiterdünsten bis das Gemüse gar, aber noch bissfest ist. In eine Schüssel geben und servieren.

Thai Jasmine Rice

Zutaten für 8 Personen

4 Tassen Reis
1 TL Öl

Zubereitung

- Reis waschen bis klares Wasser abfließt
- Reis in Reiskocher geben
- Wasser hinzufügen: 1,5 mal das Volumen des Reises oder nach Thai-Art: mit dem Zeigefinger die Reisoberfläche berühren und Wasser zugeben bis in die Höhe der ersten Kerbe im Zeigefinger; Öl zugeben (verhindert das kleben)

Gerbratene Bananen (Kluay Khaek)

Zutaten für 5 Personen

- 10 kleine Bananen
- ½ Tasse geriebene Kokosnuss (Kokosflocken)
- ¾ Tasse Reismehl
- ¼ Tasse Tapiokamehl
- ¼ Tasse Sesamsamen (geschält)
- 1 TL Salz
- 2 EL Zucker
- 1 Tasse Wasser
- 3 Tassen Speiseöl

Zubereitung

- Reis- und Tapiokamehl mit Wasser, Zucker und Salz, Sesamsamen und Kokosflocken zu einem Ausbackteig verarbeiten
- Die Bananen schälen und längsweise in 3 - 4 Scheiben schneiden
- Öl in einer tiefen Pfanne oder Friteuse erhitzen (genug Öl in die Pfanne die Bananen müssen schwimmen)
- Die Bananenscheiben in den Ausbackteig tauchen und im heissen Öl goldbraun backen
- Aus dem Öl nehmen und abtropfen lassen

Kann auch mit Vanille-Glace serviert werden