

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 24. April 2024** ▪
Vegetarische Küche mit Nelson Müller



Sonja Reinholz

Dumplings mit Tofu-Gemüse-Füllung, Chili-Öl und Erdnuss-Dip

Zutaten für zwei Personen

Für den Dumpling-Teig:

220 g Weizenmehl
 1 Prise Salz

Das Mehl mit Salz und 120 ml Wasser vermengen und 5 Minuten kneten. Abdecken und etwas ruhen lassen. Anschließend den Teig in acht gleichgroße Kugeln aufteilen. Jede Kugel zu einem dünnen Kreis ausrollen.

Für die Füllung:

100 g geräucherter Tofu
 80 g Shiitake
 1 Karotte
 40 g Spinat
 2 Frühlingszwiebeln
 3-5 cm Stück Ingwer
 2 Knoblauchzehen
 1 EL helle Misopaste
 2 EL helle Sojasauce
 2 EL Srirachasauce
 1 EL Agavendicksaft
 1 EL Reisessig

Karotte und Tofu mit einer Küchenreibe reiben. Shiitake, Spinat und Frühlingszwiebeln putzen und fein schneiden. Ingwer und Knoblauch schälen bzw. abziehen und sehr fein reiben.

Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und Karotte, Tofu, Shiitake, Spinat, Frühlingszwiebeln, Ingwer und Knoblauch darin gut anbraten. Misopaste, Sojasauce, Srirachasauce, Agavendicksaft, Reisessig und gehackten Koriander hinzufügen, alles gut vermengen mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Geröstetes Sesamöl, zum Anbraten
 2-3 Zweige Koriander
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Fertigstellung:

Geröstetes Sesamöl, zum Anbraten

Auf den ausgerollten Teig mittig jeweils 2 EL Füllung geben. Den Teig oben schließen und runde Dumplings formen.

Eine Pfanne mit Deckel erhitzen und etwas Sesamöl hinzugeben. Die geformten Dumplings in die Pfanne geben und kurz anbraten. Anschließend mit Wasser aufgießen, so dass der Boden komplett bedeckt ist. Deckel auf die Pfanne legen und die Dumplings dämpfen bis das Wasser komplett verdampft ist.

Für das Chili-Öl:

½ Frühlingszwiebel
 2 EL Chiliflocken
 1 EL Sesam
 100 ml Erdnussöl
 Salz, aus der Mühle

Alle Zutaten bis auf das Öl in eine Schüssel geben und vermengen. Das Öl erhitzen und noch heiß in die Schüssel dazu geben. Alles gut umrühren.

Für den Erdnuss-Dip:

½ Limette, Abrieb & Saft
3 gehäufte EL crunchy Erdnussbutter
1 EL Gochujang
1 EL helle Sojasauce
1 EL Agavendicksaft
Salz, aus der Mühle

Limette heiß abspülen, die Schale abreiben, dann den Saft auspressen.
Alle Zutaten vermengen und nach gewünschter Konsistenz mit Wasser
verdünnen. Mit Salz abschmecken.

Für die Garnitur:

1 Frühlingszwiebel
2-3 Zweige Koriander

Koriander und Frühlingszwiebel putzen und fein schneiden.

Dumplings auf Teller aufteilen und eine kleine Schale mit dem Erdnuss-
Dip dazu stellen. Dumplings mit Chili-Öl beträufeln und mit
Frühlingszwiebeln und Koriander garniert servieren.