Elsa-Brändström-Straße 11
46045 Oberhausen
☎ 0208/85996-75

KEFB

Asiatische Küche

Indonesische Frühlingsrollen
Gurkensalat mit Erdnüssen und Chillies
Nasi Putih
Krupuk
Tod man (Pikante Fischklöpschen aus Thailand)
Sate
Putenfleisch süß-sauer
Sayur Lodeh
gebackene Ananas mit Vanilleeis

Indonesische Frühlingsrollen

Zutaten:

250 g TK Frühlingsrollenblätterteig

80 g Glasnudeln

1 Bund Frühlingszwiebeln
1-2 Porreestangen
1-2 Zwiebeln
1-2 Möhren
3 Knoblauchzehen
1 Stk. Ingwer ca. 4cm)
150 g Sojabohnenkeimlinge

3 EL Öl

500 g Hackfleisch
½ TL Sambal olek
Ingwer
Sojasauce

Salz

2 geschlagenen Eiern
Öl

So wird's gemacht:

- in der Packung auftauen lassen.

Für die Füllung:

- mit kochendem Wasser überbrühen und 5 Min. ziehen lassen, dann klein schneiden.
- vorbereiten und in feine Ringe schneiden.
- klein schneiden.
- vorbereiten und raspeln.
- abziehen und zerdrücken.
- schälen und raspeln.
- blanchieren und abtropfen lassen. Die Glasnudeln abgießen, abspülen und zerkleinern.

Im Wok:

- erhitzen, Knoblauch und Zwiebeln glasig dünsten.
- zufügen, scharf anbraten und abkühlen lassen. Möhren, Porree und Frühlingszwiebeln die Sojabohnenkeimlinge, dann die Glasnudeln hinzufügen. Mit
- abschmecken. Die Teigblätter auf einer Arbeitsplatte ausbreiten, 1 EL von der Füllung an den unteren Rand setzen und zur Mitte zuklappen. Die Ränder mit
- bestreichen und von unten fest aufrollen.
- in einer Kasserolle erhitzen, die

Frühlingsrollen portionsweise etwa 5 Min. goldgelb ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Chilisaucen servieren.

Gurkensalat mit Erdnüssen und Chilies

3 Gurken	schälen, längs halbieren, die Kerne entfernen und in dünne Scheiben schneiden
1 rote Zwiebel	abziehen und fein hacken.
2 El Essig	und
1 Tl Zucker	verrühren. Beides mit Gurken,
1-2 El Chilisauce	und
15 g Korianderblättern	vermengen.
160 g unges. Erdnüsse	grob hacken.
3 Knoblauchzehen	abziehen, grob hacken und knusprig braten.
	Alles mit dem Salat,
½ Tl geh. Chilischote	und
1 El Fischsauce	kurz vor dem Servieren vermischen

Weißer Reis (Nasi putih)

Zutaten:
300 g Langkornreis
600 ml Wasser
½ TL Salz

So wird's gemacht:

- Reis waschen, bis das Wasser klar ist. Gut abtropfen lassen und mit Wasser und Salz in einem geschlossenen Topf 20 Min. garen. Dann noch 10 Min. quellen lassen.

Krupuk (Krabbenbrot)

Zutaten:
¼ l Öl
100 g Krupuk-Chips

So wird's gemacht:

- Das Öl in einer Kasserolle oder einer Friteuse erhitzen.
- Die Krupuk- Chips Portionsweise aufbacken. Sie gehen nach dem Einlegen um mehr als das Doppelte ihrer Größe auf und sollen dann noch im Fett schwimmen. Nach wenigen Sekunden sind die Krupuk luftig und kross. Sie dürfen auf keinen Fall braun werden, sonst schmecken sie bitter.
- Am besten eine Garprobe machen. Die fertigen Stücke mit einem Schaumlöffel aus dem Öl nehmen, auf Küchenpapier gut abtropfen lassen und sofort servieren.

Tod man

1 kg Fisch	entgrätet, gehäutet, in Würfel geschnitten.
8 Schalotten	klein schneiden,
5 cm Galgant	fein hacken
1 Stengel Zitronengras	fein schneiden
4 Korianderwurzeln	mit Stielen und Blättern hacken
4 Knoblauchzehen	pressen
4 Kaffir-Limonenblätter	fein schneiden
1 El Puderzucker	
1 El Sojasauce	in einer Pfanne 10 Minuten marinieren lassen. Alles in einem Mixer zu einem groben Brei verarbeiten, aber nicht pürieren. Dann
5 El Reismehl	unterrühren und mischen.
500 g Bohnen	in dünne Scheiben schneiden, zu dem Brei geben, dann mit
Salz, Pfeffer	würzen. Teig in Bällchen formen, etwas flach drücken und in einer Pfanne in
Öl	etwa 2 Minuten von jeder Seite braten, bis die Klöpschen goldbraun sind, dann warm oder kalt essen.

Saté (Spießchen mit Erdnusssauce

Zutaten:

750 g Hähnchenfleisch

3EL Sojasauce
3EL Kecap manis
1 TL Sambal olek

2 Schalotten
3 Knoblauchzehen
250 g Erdnusspaste
4 EL Kecap manis
1 TL Sambal olek
Saft einer ½ Zitrone
3 TL Palmzucker
3 EL Erdnußöl

200 ml Kokosmilch

3 EL Öl

So wird's gemacht:

- in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Jeweils 4 Stücke in nicht zu großen Abständen auf ein Spießchen stecken. Die Spießchen eng nebeneinander auf einem Teller kreisförmig anordnen. Für die Marinade:
- und
- miteinander verrühren, dann über das Fleisch verteilen. Anschließend die Spießchen etwa 1 Stunde marinieren, dabei gelegentlich wenden.
- und
- schälen und in fein hacken. Mit
- mit dem
- und
- zu einer Paste verarbeiten.
- in einem Pfännchen erhitzen. Erdnusspaste bei mittlerer Hitze darin 2-3 Min. anbraten. Mit
- ablöschen. Die Hitze reduzieren und unter ständigem Rühren 2-3 Min. köcheln lassen. Wenn die Sauce zu fest wird, etwas Wasser dazugeben. In der Pfanne
- erhitzen, die Spießchen bei mittlerer Hitze etwa 5 min. braten. Erdnusssauce auf einer Servierplatte verteilen und die Spießchen darin wenden und sofort servieren.

Putenfleisch süß-sauer

Zutaten:
500 g Putenfleisch

Salz
Zucker
Soja-Sauce
1 Ei
1 EL Mehl

reichlich Öl

3 Paprikaschoten
(gelb, rot, grün)
1kl. Dose Ananas
1 Prise Salz
Tomatenketchup

So wird's gemacht:

- in etwa 1½ cm große Stücke schneiden. Etwa 2-3 Std. mit
- und
- marinieren.
- verquirlen und mit
- verrühren. Die Fleischstücke anschließend panieren.
- in einer Pfanne erhitzen. Die panierten Fleischstücke goldbraun braten, dann in einer Schüssel aufbewahren.
- klein schneiden und anbraten, dann
- und die gebratenen Fleischstücke dazugeben und abschmecken.

SAYUR LODEH (Gemüse in Kokosnuss-Soße)

Zutaten:
750 g Gemüse nach Wahl
2 EL Erdnussöl
1 Zwiebel, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, zerdrückt
1 TL Sambal Olek
1 TL Austernsoße o. Sardellenpaste
1 Stängel Zitronengras
1 große, reife Tomate
200 ml Gemüsebrühe
125 ml Kokosmilch
3 TL Erdnusssoße o. gem. Erdnüsse
2 TL Salz

So wird's gemacht:

- Gemüse putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.
- Öl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebel darin weich und blassgelb braten, dann Knoblauch, Sambal Olek und trasi dazugeben, 2 Minuten verrühren.
- Zitronengras und gehackte Tomate zugeben. Unter Rühren zu Brei zerkochen.
- Brühe und Kokosmilch dazugeben und zum Köcheln bringen.
- Die Gemüsesorten je nach der nötigen Garzeit dazugeben. Sie sollen gar sein aber nicht weich.
- Die Erdnusssoße und Salz nach Geschmack einrühren.

Gebackene Ananas mit Vanilleeis

Zutaten:
200 g Mehl
10 g Backpulver
1 Ei
¼ l Wasser
4-8 Scheiben Ananas
Öl

6-8 EL Honig
Kokosraspeln oder Mandelsplitter

So wird's gemacht:

- Mehl mit Backpulver, Ei, Wasser verquirlen und 30 Min. quellen lassen.
- Ananasscheiben langsam durch den Teig ziehen.
- In heißem Öl ausbacken.
- Auf Teller anrichten, mit Honig beträufeln und mit Kokosflocken bestreut servieren.