

Asiatische Palatschinken

VOR DEM START

Rezept durchlesen, alle benötigten
Küchenutensilien zurechtlegen.
Zutaten wiegen oder abmessen
und bereitstellen.

Zutaten

Für 4 Personen

200 g Mehl
(universal oder Reismehl)
1 Prise Salz
2 Eier
ca. 400 ml Milch
(oder Kokosmilch)
Öl zum Braten

Füllung

1 Zwiebel
500 g Gemüse
(etwa Sojasprossen,
Erbsenschoten, Karotten,
Brokkoliröschen,
Champignons)
1–2 rote Chilischoten
2 cm Ingwer
2 EL Sojasauce
etwas Sweet Chilisauce

1. Vorbereiten

Zwiebel für die Füllung schälen und würfeln.* Gemüse putzen und klein schneiden. Chilis halbieren, entkernen und fein hacken.** Ingwer schälen und ebenfalls fein hacken. Ingwer und Chili mit Sojasauce und etwas Chilisauce vermischen. Zwiebel in einer Pfanne anbraten, Gemüse dazugeben und ca. 5 Minuten unter Rühren mitbraten. Mit der Ingwer-Chili-Sauce ablöschen. Deckel auflegen und ca. 2 Minuten fertig braten, bis das Gemüse bissfest ist. Beiseitestellen.

* Enden der Zwiebel abschneiden und die äußeren Hautschichten abziehen. Zwiebel halbieren. Auf die Schnittseite legen und quer in dünne Scheiben schneiden, dabei nicht ganz durchschneiden. Dann im 90°-Winkel zur ersten Schnittrichtung wieder in Scheiben schneiden, so entstehen Würfel. Je feiner die Scheiben, desto feiner die Würfel.

** Nach dem Schneiden von Chilis bitte die Hände waschen. Sonst brennt's später irgendwann.

2. Teig machen

(Reis-)Mehl und Salz und miteinander vermischen. Eier und (Kokos-)Milch verquirlen. Langsam die Mehlmischung unterrühren. Es soll ein glatter Teig ohne Klümpchen entstehen. Teig ca. 20 Minuten ruhen lassen.

3. Braten & warm halten

1–2 TL Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. 1 Schöpflöffel Teig in die Pfanne geben. Pfanne anheben und drehen, sodass der Teig den ganzen Pfannenboden hauchdünn bedeckt. 1 Minute goldbraun braten. Mit einem dünnen Pfannenwender umdrehen. Auf der zweiten Seite 30 Sekunden braten. Mit dem restlichen Teig ebenso verfahren. Palatschinken auf einen vorgewärmten Teller legen und mit einem Suppenteller oder Deckel abdecken, damit sie warm bleiben. Oder im Ofen bei 50°C warm halten.

4. Füllen

Gemüse nochmals kurz erwärmen und auf den Palatschinken verteilen.

5. Finalisieren & servieren

Palatschinken geklappt oder gerollt servieren. Dazu passt mehr Sweet Chilisauce.






Variante
VOR DEM START

*Rezept durchlesen, alle benötigten
Küchenutensilien zurechtlegen.
Zutaten wiegen oder abmessen
und bereitstellen.*

Zutaten

Für 4–6 Personen

500 g Kartoffeln (festkochend)
300 g Lachs im Ganzen

**Fugenmasse (Béchamel
& Ei-Sauerrahm-Mischung)**

50 g Butter
plus etwas für die Form
300 g Lauch
30 g Mehl (glatt)
500 ml Milch
Salz, Pfeffer & gemahlene
Muskatnuss
je ¼ TL Chili- & Zimtpulver
3 Eier
250 g Sauerrahm

Außerdem

80–100 g Parmesan
Butterflöckchen

Kartoffelauf mit Lachs

1. Vorbereiten & vorheizen

Kartoffeln in einem Topf mit kaltem Wasser zustellen und in ca. 15–20 Minuten nicht ganz weich kochen. Sie sollten sich mit einer Gabel anstechen lassen, ohne zu zerbrechen. Abseihen und abschrecken. Schälen und in Scheiben schneiden. Vom Lauch die Wurzeln abschneiden. Weißen Teil in Scheibchen schneiden, im Sieb waschen, bis alle Erde entfernt ist, und abtropfen lassen. Parmesan reiben. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2. Fugenmasse machen

Butter bei mittlerer Hitze in einem Topf zerlassen. Lauch darin anbraten. Mehl einrühren und weiterbraten, bis es nussig duftet. Milch nach und nach unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen dazugießen, damit keine Klümpchen entstehen und unter Rühren zum Kochen bringen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss sowie Chilipulver und Zimt kräftig würzen. Bei geschlossenem Deckel ca. 15–20 Minuten sanft köcheln, bis die Béchamel schön dickflüssig ist. Eier mit Sauerrahm verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

3. Sauce machen

Entfällt, weil bereits in der Fugenmasse enthalten.

4. Zusammensetzen

Eine Aufaufform (ca. 20 x 30 cm) gut buttern. Kartoffelscheiben dachziegelartig einschichten, die Lauch-Fugenmasse darauf verteilen. Lachsstücke darauflegen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Ei-Sauerrahm-Mischung darüberlöffeln. Mit Parmesan und Butterflöckchen toppen.

5. Backen

Im Ofen auf mittlerer Schiene ca. 45 Minuten backen, bis die Oberfläche knusprig und gut gebräunt ist und es herrlich duftet.

6. Finalisieren & servieren

In der Form oder auf Tellern servieren. Dazu passt grüner Salat (S. 157).



Variante

VOR DEM START

Rezept durchlesen, alle benötigten
Küchenutensilien zurechtlegen.
Zutaten wiegen oder abmessen
und bereitstellen.

Zutaten

Für 4–6 Personen

Hülle

100 g Butter
80 g Semmelbrösel

Knödel

je ½ Bio-Zitrone und -Orange
30 g Butter
300 g Topfen
2 Eier
60 g Zucker
80 g Semmelbrösel
30 g Mehl (griffig)

Außerdem

Staubzucker
Zimt

Topfenknödel

1. Vorbereiten

Für die Hülle die Butter in einer Pfanne zerlassen, Brösel darin goldgelb anrösten. Beiseite-
stellen. Zitruschalen mit einer feinen Reibe abreiben.

2. Masse machen & formen

Butter in einem kleinen Topf bei kleiner Hitze zerlassen. 1 Ei ganz lassen. 1 Ei trennen.*
Topfen, ganzes Ei, Eigelb, Zucker und Zitruschalen gut miteinander verrühren. Flüssige
Butter in dünnem Strahl unter Rühren einarbeiten. Dann Brösel und Mehl dazugeben und
gut durchrühren. Teig ca. 2 Stunden kalt stellen. Aus der Topfenmasse tischtennisballgroße
Knödel formen.

* Das Trennen von Eiern geht am besten mit den Händen: Dafür zwei Schüsseln bereit-
stellen. (Es ist wichtig, dass die Eiweiß-Schüssel fettfrei ist und sich beim Trennen kein
Eigelb reinschummelt.) Ei vorsichtig am Schüsselrand aufschlagen, bis die Schale einen
Knacks bekommt. Über der Eiweiß-Schüssel öffnen, Eiweiß und Eigelb in eine Hand
gleiten lassen, dabei rinnt das Eiweiß durch die Finger in die Schüssel. Eigelb in die
andere Schüssel geben.

3. Kochen

Währenddessen in einem großen Topf leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen.
Die Knödel ins Wasser gleiten lassen. Hitze reduzieren, sodass das Wasser nur mehr
siedet, und die Knödel ca. 10–12 Minuten ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche poppen.
Mit einem Schaumlöffel herausfischen und in einem Sieb abtropfen lassen.

4. Beilagen machen

Dazu passt fertiger Zwetschkenröster oder jedes andere Kompott.

5. Finalisieren & servieren

Knödel unter Rütteln der Pfanne in den Bröseln wälzen, bis sie rundum überzogen sind.
Sofort mit Staubzucker und etwas Zimt bestreut servieren.

ÜBRIGENS Sollen die Topfenknödel gefüllt werden, dann etwas Masse
in der Handfläche flach drücken, eine Frucht (etwa Marille oder Zwetschke)
in die Mitte setzen und den Teig mit den Fingerspitzen über der Frucht
zusammendrücken. Zwischen den Handflächen zu Knödeln rollen.

