



Asia-Teigtaschen mit Shrimps



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 585 kcal / 878 kJ
Eiweiß: 14,6 g Fett: 21,4 g
Kohlenhydrate: 7,7 g

Zubereitungszeit:
ca. 35 Minuten

Zubereitung:

1. Rapsöl in einer großen Pfanne erhitzen und Frühlingszwiebeln, Ingwer, Knoblauch und Chilisauce für ca. 2 Minuten anbraten. Vorsicht: Nicht braun werden lassen. Alles beiseite stellen und abkühlen lassen.

2. In einer großen Schüssel, Schweinehack, Shrimps, Walnüsse, Sojasauce, Sesamöl und Frühlingszwiebelmischung gründlich miteinander vermengen.

3. Nun in die Mitte von einem Blatt Wan Tan-Papier je 1 Esslöffel der Masse geben und die Ränder des Papiers mit Wasser befeuchten. Das Papier zum Dreieck falten und die Ränder gut zudrücken, damit die Füllung nicht entweichen kann. Die fertigen Teigtaschen auf ein Blech legen und mit Frischhaltefolie abdecken, damit sie nicht austrocknen.

4. Öl in eine Pfanne erhitzen und eine Lage Teigtaschen hineingeben. Bei mittlerer Hitze braten bis die Unterseite goldbraun ist.

5. Die Hälfte des Wassers dazugeben und die alles kochen bis das Wasser verkocht ist und die Teigtaschen auf der Unterseite knusprig sind. Diese Prozedur mit den restlichen Taschen wiederholen und mit einer Dipsauce nach Wahl servieren.

Tipp: Die noch rohen Teigtaschen können problemlos eingefroren werden. Sie können dann im gefrorenen Zustand gekocht werden, die Garzeit verlängert sich dann um ca. 5 Minuten.

Zutaten für 48 Portionen :

1 EL Rapsöl
2 Frühlingszwiebeln, in feine Streifen geschnitten
2 EL frische Ingwerwurzel, fein gehackt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
1 TL Chilisauce
250 g mageres Schweinehack
250 g rohe Shrimps, geschält, entdarmt und gehackt
130 g kalifornische Walnüsse, gehackt
2 EL Sojasauce
2 TL Sesamöl
1 Paket Wan Tan-Papier
250 ml Wasser