

## Gyoza, traditionell

Klassisch mit Schweine- oder Hühnerhack, Garnelen und Kohl gefüllt, sind die kleinen, kunstvoll gefalteten Gyoza-Teigtaschen ein beliebter Snack. Sie werden traditionell zunächst angebraten, dann gekocht und gedämpft. Heiß und immer frisch zubereitet werden sie mit pikanter Essig-Sojasauce zum Dippen serviert.

Zubereitungszeit: 45 Minuten

für 30 Stück

Für die Gyoza:

1 Pk. Gyoza-Teigblätter

100 g Chinakohl

5 EL Öl zum Braten

Salz

100 g Garnelenschwänze

200 g Schweinemett

10 g Ingwer

1 EL Sojasauce

2-3 Tropfen Sesamöl

Für die Gyoza-Dip-Sauce:

6 EL Sojasauce

3 EL Reisessig

1 TL Chilisaucе oder Chiliöl

2–3 Tropfen Sesamöl

Die Gyoza-Teigblätter auftauen. Den Kohl putzen, fein schneiden und in einer Pfanne in 1 Esslöffel heißem Öl 1-2 Minuten scharf anbraten. Mit Salz würzen. Auf einem Teller im Tiefkühler rasch abkühlen lassen. Garnelen abspülen, trocken tupfen, fein schneiden und zum Schweinemett geben. Ingwer schälen und fein reiben. Mit der Sojasauce und Sesamöl zugeben und alles mit dem erkalteten Kohl zu einer glatten Füllung verkneten. Die Teigblätter mit einem Pinsel mit Wasser einseitig leicht befeuchten, Teelöffel Füllung aufsetzen, den Teig über der Füllung zusammenklappen, die Ränder dabei leicht in Falten legen und fest zusammendrücken. Fertige Gyoza auf ein Backpapier legen. Für die Gyoza-Dip-Sauce Sojasauce mit Essig, Chilisaucе und Sesamöl verrühren. 4 Esslöffel Öl in einer beschichteten Pfanne mit Glas-Deckel erhitzen, die Gyoza hineinlegen und bei mittlerer Hitze einseitig goldbraun anbraten lassen. Jetzt 300 Milliliter Wasser zugießen und den Deckel aufsetzen. Die Gyoza ca. 8 Minuten garen, bis die Flüssigkeit fast verschwunden ist, dann den Deckel entfernen und die übrige Flüssigkeit verdampfen lassen, bis wieder Bratgeräusch zu hören ist. Mit dem Dip servieren.

**Tipp:** Gyoza-Teig gibt es tiefgekühlt im Asialaden und in gut sortierten Supermärkten. Wer keinen Gyoza-Teig bekommt, kann ihn auch selbst herstellen: 250 g Mehl (Type 405) mit 150 ml lauwarmem Wasser und 1 TL Öl vermengen, leicht salzen und zu einem geschmeidigen Teig verkneten. In Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Den Teig mit der Nudelmaschine sehr dünn ausrollen. Mit einem runden 9-cm-Ausstecher Kreise ausstechen, dann weiter nach Rezept verfahren.

\* Hakusai ist die japanische Bezeichnung für den auch bei uns überall erhältlichen Chinakohl. Achten Sie beim Kauf des Kohlsalates auf feste, schwere Köpfe mit knackig-saftigen Außenblättern.