Kochwerkstatt Wiesbaden

Unser Rezept für Yaki Gyoza – Gebratene Teigtaschen aus Japan.

Dies ist die spezielle Variante der japanischen Gyoza (**ギョウザ**) welche nicht gedämpft oder gekocht werden sondern angebraten – Sie heißen dann: Yaki-Gyōza (焼き餃子)

Rezept für ca 30 Gyoza.

Zutaten:

Für die Füllung:

- 300 g Hackfleisch vom Rind
- 1 kl. Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Lauch
- 2 Karotten
- 100g Weißkohl
- 2 EL Sojasauce
- 1 TL Sesamöl
- 2 Knoblauchzehe(n)
- Salz und Pfeffer
- Ingwer

Für die Teigplatten:

- 250g Mehl
- 100ml Wasser
- 1 Ei (größe L)
- 5 Tropfen Kansui (alternativ etwas Natron)
- Salz

Zubereitung:

Das Gemüse putzen / schälen und anschließend sehr klein schneiden oder hacken.

Den Ingwer und den Knoblauch sehr fein reiben.

Das Hackfleisch mit dem Gemüse vermengen und mit Sojasauce, dem Inger, dem Knoblauch und mit Salz/Pfeffer würzen.

Das Mehl mit allen Zutaten bis auf die hälfte vom Wasser in einer Schüssel verkneten.

Langsam das restliche Wasser hinzugeben bis der Teig geschmeidig ist.

Den Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt mindestens 1 Stunde ruhen lassen.

Die Hackfleisch masse im Kühlschrank ebenfalls 1 Stunde ruhen lassen.

Den Teig nochmals gut durchkneten und dann auf einer bemehlten Arbeitsfläche auf ca 2mm ausrollen.

Dann mit einem Ausstecher Kreise ausstechen und mit dem Hackfleisch füllen.

Teig zusammenklappen und gut verschließen, einfach am Rand, in nicht zu großen Abständen, kleine Falten legen.

Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen und die Gyozas darin aufstellen und anbraten.

Wenn sie unten braun werden (nicht zu hell lassen), mit Wasser aufgießen, so dass die Gyoza etwa zu 1/4 mit Wasser bedeckt sind.

Die Pfanne zudecken und die Gyoza so lange garen, bis das Wasser aufgenommen ist (keine Sorge, trotz Deckel ist das Wasser nach kurzer Zeit weg), das dauert etwa 10 Minuten.

Mit Sojasauce servieren.

Wir wünschen gutes gelingen und noch besseren Appetit!

Wer den Teig nicht selbst herstellen möchte, findet im Asia-Supermarkt sehr gute Produkte.
