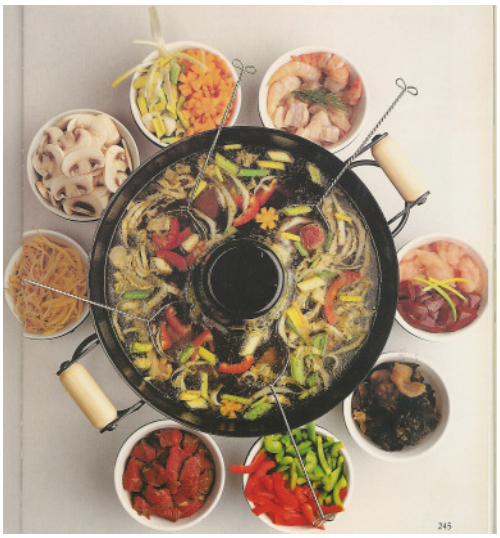
Chinesischer Feuertopf

Das Rezept ist für 6 – 8 Personen berechnet.

Zutaten

300 gr.	Rindsfilet
300 gr.	Hühnchenbrust
300 gr.	Kalbsleber
300 gr.	Seelachs- oder Seeteufelfilet
12	Hummerkrabben od. Crevetten
25 gr.	getrocknete Welkenohrenpilze (Mu-err)
50 gr.	Glasnudeln oder Chinanudeln
1 Bund	Frühlingszwiebeln
1 rote	Paprikaschote oder Peperoni
1 grüne	Paprikaschote oder Peperoni
1	Lauch
3	Karotten
100 gr.	Champignons
100 gr.	Austernpilze
½	Chinakohl
50 gr.	Bambussprossen
50 gr.	Sojasprossen
	Broccoli
	Cherry Tomaten
	Essiggurken
	Maiskolben
2 ½ Lt.	Gemüsebouillon
6-8	Eier
4 cl.	Sherry



Die Zutaten können individuell nach eigenem Wunsch gewählt werden. Es ist beinahe alles möglich. Je nach Beschaffenheit einzelner Gemüse etc. muss es ev. blanchiert werden.

KOCHCLUB POT AU FEU VOLKETSWIL

Zubereitung

Das Fleisch und die Leber von Fettresten und Haut befreien, waschen, trockentupfen und in feine Streifen schneiden. Das Fischfilet entgräten, waschen, trockentupfen und in 3 x 3 cm. Grosse Würfel schneiden.

Die Hummerkrabben aus der Schale lösen und den Darm entfernen, danach waschen und trockentupfen. Das Fleisch sowie den Fisch in jeweils getrennte Schälchen anrichten.

Die Welkenohren in kaltem Wasser ca. 30 Minuten einweichen. Anschliessend abtropfen lassen.

Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in schräge 3 cm lange Stücke schneiden und in kaltes Wasser einlegen.

Die Peperoni putzen, waschen, entkernen und danach in dünne Streifen schneiden.

Die Karotten schälen und mit einem Messer der Länge nach Kerben einschneiden, so dass beim Scheibchenschneiden hübsche Blumen entstehen.

Die Champignons und die Austernpilze putzen, wenn nötig waschen, die Champignons in dünne Scheiben schneiden und die Austernpilze in Stücke teilen.

Den Chinakohl putzen, waschen, abtropfen lassen und in Streifen schneiden.

Die Bambussprossen abtropfen lassen und in Scheiben schneiden.

Die Sojasprossen waschen, in kochendem Wasser 20 Sekunden blanchieren und kalt abschrecken.

Das Gemüse und die Pilze dekorativ auf einer Platte anrichten.

Dazu servieren wir diverse Saucen nach Wunsch

KOCHCLUB
POT AU FEU
VOLKETSWIL

Saucen

Süss – saure Sauce

Das Rezept ist für 4 - 6 Personen berechnet.

2	Schalotten
2	Knoblauchzehen
1 Stk.	frische Ingwerwurzel
2 EL	Erdnussöl
2 EL	helle Sojasauce
2 EL	trockenen Sherry oder Reiswein
1 EL	Essig
3 EL	Tomatenketchup
2 EL	braunen Zucker
125 ml	Orangensaft
1 EL	Speisestärke
2 EL	Wasser

Die Schalotten, den Knoblauch und den Ingwer schälen, die Schalotten feinwürfeln, den Knoblauch durch die Presse drücken und den Ingwer feinreiben.

Das Öl im Wok erhitzen und die Schalotten, den Knoblauch und den Ingwer 2 Minuten pfannenrühren.

Die Sojasauce, den Sherry, den Essig, das Tomatenketchup, den Zucker und den Orangensaft verrühren, ebenfalls in den Wok geben und aufkochen.

Die Speisestärke mit dem Wasser glattrühren und zugeben.

Alles unter Rühren zum Kochen bringen und 1 Minute pfannenrühren, bis die Sauce eindickt. Als Sauce zu heissen Vorspeisen und Won-tons sehr gut zu gebrauchen.