

Bánh xèo – Gefüllte vietnamesische Reis-Pfannkuchen mit süß-scharfem Asia-Dip

 happy-mahlzeit.com/2021/12/22/banh-xeo-gefullte-vietnamesische-reis-pfannkuchen-mit-suess-scharfem-asia-dip

Zutaten für 2 Personen

Für den Teig:

- 250 g Reismehl
- 200 ml Kokosmilch
- 250 ml Wasser
- 1 Ei
- ½ TL Zucker
- 1 TL Kurkuma
- 1 Bund Frühlingszwiebeln

Für die Füllung:

- 200 g Schweinefleisch
- 200 g küchenfertige Riesengarnelen
- 400 g Sojasprossen
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 4 EL Fischsauce
- 20 ml Whisky
- 2 EL Rohrzucker
- 1 TL rosenscharfes Paprikapulver
- 40 ml neutrales Pflanzenöl
- Salz
- Pfeffer

Für den Dip:

- 1 EL schwarzer Asia-Essig
- 1 rote Chili
- 1 grüne Chili
- 1 Limette
- 1 EL Sojasauce
- ½ TL Fischsauce
- 1 TL Rohrzucker

Für die Garnitur:

- 3 Zweige Thai Basilikum
- 3 Zweige Thai Minze

- 3 Zweige Koriander

Zubereitung:

Für den Teig in einer Schüssel Reismehl und Kurkuma vermengen. Kokosmilch und Ei zugeben und mit dem Schneebesen verrühren, bis eine cremige Masse entsteht.

Für die Füllung aus Öl, Pfeffer, Salz, Paprikapulver und Fischsauce eine Marinade anrühren und das Schweinefleisch darin marinieren. Garnelen waschen, trockentupfen und ebenfalls marinieren. Das Fleisch in einer Pfanne ohne weiteres Öl anbraten. Den Knoblauch abziehen, fein hacken und in einer weiteren Pfanne zusammen mit den Garnelen anbraten.

Sojasprossen, Frühlingszwiebeln, Thai Basilikum, Thai Minze und Koriander abbrausen, trockenwedeln und fein hacken. Sojasprossen in einer Pfanne bei mittlerer Hitze anbraten und leicht salzen.

Etwa 1 ½ Kellen des Teigs in eine heiße Pfanne ohne Öl geben und anbraten den Teig goldgelb backen.

Etwa 1 EL gehackte

Frühlingszwiebeln auf dem Pfannkuchen verteilen. Eine Hälfte mit Schweinefleisch und Garnelen belegen, darüber die Sojasprossen verteilen und den Pfannkuchen zuklappen. Bei geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten weitergaren.

Für den Dip Essig, Sojasauce und Rohrzucker vermengen. Limette halbieren und auspressen. Chili waschen, fein hacken und mit Kernen zum Dip geben. Mit etwas Fischsauce abschmecken.

Die Kräuter waschen, trocken wedeln und zur Garnitur über die Pfannkuchen geben. Die gefüllten vietnamesischen Reis-Pfannkuchen mit dem Dip auf Tellern anrichten und servieren.

Rezept: Mona Li

Quelle: Die Küchenschlacht vom 10. Januar 2017

Episode: Vorspeisen