

Dumplings, Garnelen-Hackfleisch-Füllung, Curry-Suppe

Für zwei Personen

Für die Dumplings:

200 g Weizenmehl 1 gestr. TL Salz 130 ml heißes Wasser

Für die Füllung:

250 g gem. Hackfleisch 4 Riesengarnelen 1 kleine Zucchini
1 Karotte 3-4 Blätter Chinakohl 2 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe 1-2 cm Ingwer Sojasauce
Fischsauce Austernsauce 1 TL Erdnussöl
1 EL Paniermehl

Für die Currypaste:

4 Schalotten 2-4 Knoblauchzehen 40 g Galgant
1 Limette 2 TL Garnelenpaste 3 Stangen Zitronengras
6 getrock. Chilischoten 2 gemahl. Kaffirlimettenschale 1 TL gemahl. Koriander
1 TL Kreuzkümmel 1 TL Salz Pfeffer

Für die Suppe:

1 rote Paprikaschote 1 mittlere Karotten 50 g grüne Bohnen
4 weiße Champignons 100 g Bambusspitzen 250 ml Kokosmilch
100 ml Sahne Currypaste 1 Bund Thai-Basilikum
Salz

Für die Dumplings:

130 ml Wasser aufkochen. Mehl und Salz vermischen. Das aufgekochte Wasser unter Rühren nach und nach zugeben. Wenn der Teig gut gemischt ist, mit den Händen gut durchkneten. Ruhen lassen.

Für die Füllung:

Garnelen ggf. vom Darm befreien, dann hacken.

Karotte schälen. Knoblauch abziehen, Ingwer schälen. Zucchini, Karotte, Knoblauch und Ingwer fein würfeln. Chinakohl in dünne Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden.

Karotte, Zucchini, Chinakohl und Frühlingszwiebeln kurz in einer Pfanne in Erdnussöl anbraten. Danach alles mit dem Hackfleisch, Garnelen, Knoblauch, Ingwer, Paniermehl und einigen Spritzern Soja-, Fisch- und Austernsauce mischen.

Für die Fertigstellung: Den Teig ausrollen und mit einer großen runden Ausstechform mehrere Kreise ausstechen.

Jeweils etwas Füllung auf den Teigkreisen verteilen und Dumplings formen. Dumplings in der Pfanne kross anbraten, mit etwas Wasser aufgießen und die Pfanne mit Deckel verschließen. 5-7 Minuten dämpfen.

Für die Currypaste:

Chilischoten fein mahlen. Pfeffer mahlen, bis ein Teelöffel voll ist.

Schalotten abziehen und fein würfeln. Knoblauch abziehen und durch eine Presse drücken. Galgant schälen und hacken. Zitronengras längs vierteln und in dünne Streifen schneiden. Limette heiß abspülen, Schale abreiben, dann halbieren und Saft auspressen.

Alle Zutaten mit 100 ml warmem Wasser in einen Multizerkleinerer geben und fein pü-

rieren, bis eine Paste entsteht.

Für die Suppe:

Paprika von Scheidewänden und Kernen befreien. Karotten schälen.

Bohnen putzen. Alles in mundgerechte Portionen schneiden. Erdnussöl in einem Wok erhitzen und das Gemüse kurz darin anbraten. Mit Kokosmilch aufgießen. Currypaste unterrühren.

Champignons putzen und mit Bambusspitzen in Scheiben schneiden.

Thai-Basilikum hacken. Alles mit in die Suppe geben. Mit Salz und Sahne abschmecken.

Gabriele Jöhnck am 18. Juni 2025