



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Chochete vom 03.05.2018 – Tisch Nr 1

Knusprige Ente mit Pfannkuchen

Diverse Dim Sum

Spare Ribs Süss-Sauer

Gongbao Hähnchen

Ningbo Pak Choi

Gebratener Reis

Szechuanpfeffer-Glacé mit Chili-Ananas

Yangzhou gebratener Reis

Für 4 Personen

2	Stk	Getrocknete Shiitake-Pilze
25	g	Kleine Crevetten
75	g	Landrauchschinken am Stück
25	g	Bambusschoten
3	Stk	Frühlingszwiebel (nur grüner Teil)
2	Stk	Ei
200	g	Jasminreis
5	EL	Erdnussöl
25	g	Erbsen
2	TL	Reiswein
200	ml	Hühnerbouillon
		Salz und weisser Pfeffer

Reis kochen und abkühlen lassen.

Pilze 30 Minuten im kochenden Wasser einweichen. Stiele abschneiden. Schinken, Pilze und Bambusschoten in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Eier mit Salz und Pfeffer schlagen.

Reis auflockern, damit er einfacher zum Braten ist.

2 EL Öl im Wok erhitzen und bei höherer Hitze den Schinken, Erbsen, Crevetten, Pilze und Bambusschoten einige Minuten Pfannenrühren.

Reiswein und Bouillon dazu giessen und aufkochen. Mit Salz würzen. In eine Schüssel abgiessen und beiseite stellen, Wok ausspülen und trocknen.

Das restliche Öl im Wok erhitzen. Die geschlagenen Eier dazugeben und pfannenrühren, bis sie halb gekocht sind. Reis dazu geben und pfannenrühren, bis er sehr heiss ist.

Die Bouillon mit den anderen Zutaten dazugeben und 1 - 2 Minuten pfannenrühren. Wenn nötig mit Salz und Pfeffer würzen.

Zum Anrichten:

In eine Servierschüssel geben und Frühlingszwiebel darüber streuen.