

WAN-TAN SUPPE

| chinesisches gefüllte Teigtaschen in würziger Brühe |

GESAMTZEIT	60 Minuten	ARBEITSZEIT	50 Minuten	REGION	China
-------------------	------------	--------------------	------------	---------------	-------



ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN		SAISON	<i>ganzjährig</i>
<p>Für die Brühe</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 L Geflügelfond - 15 g Ingwer - 2 Pak-Choi - 1 Knoblauchzehe - 1 1/2 EL Sojasoße - 1 EL Erdnussöl - 1 EL Mirin - 1 TL Sesamöl <p>Für die Wan-Tans</p> <ul style="list-style-type: none"> - 20-25 Teigblätter (ca. 9 x 9 cm) - 170 g Schweinehack - 15 g Ingwer - 1 EL Sojasoße - 1 EL Reissessig - 1/2 TL Zucker - 1 TL Sesamöl - 1 1/2 Frühlingszwiebeln - 1 Knoblauchzehe - 1 Ei 		PASSENDER DRINK	<i>Grüntee</i>
<p>Die wahrscheinlich leckerste chinesische Suppe der Welt - heißt Wan-Tan Suppe. Die mit Fleisch gefüllten Taschen baden am liebsten in einer würzigen Hühnerbrühe. Wärmt von innen, ist gesund und macht die Taschen besonders aromatisch.</p>		<p>So besagt ein altes chinesisches Sprichwort: Wenn nicht jetzt, Wan Tan? - Also worauf wartest du noch?</p> <p>Die Wan-Tan Taschen sind unter vielen verschiedenen Namen bekannt. In England unter „Wonton“ oder „Wuntun“, in Europa „Wan-Tan“ und selbst in China wird zwischen Wan-Tan (kantonesisch) und Huntun (hochchinesisch) und noch vielen weiteren regionalen Abwandlungen unterschieden. Aber wie auch immer. Die Teigtaschen, die auch „Dumplings“ genannt werden, gehören zur traditionellen chinesischen Küche. Egal ob pur, mit Fleisch, Fisch oder Gemüse gefüllt, frittiert oder im Dampfbad eines Bambuskörbchens, schmecken sie auf so unfassbar viele Arten außerordentlich lecker. Die hier beschriebene Art ist es jedoch, die Taschen in einer Hühnerbrühe zu garen. Die sogenannte Wan-Tan Suppe.</p> <p>Die gekochten Wan-Tans werden in der Suppe herrlich weich und geschmeidig, während die innere Fleischfüllung fest und durch die Ingwer-Sesam Aromen äußerst aromatisch bleibt. Der Pak-Choi bleibt knackig frisch und sorgt zusammen mit der würzigen, warmen Brühe für ein rundum leckeres Gesamtpaket.</p> <p>Selbst der Kaiser von China würde für dieses Rezept zum anderen Ende der chinesischen Mauer laufen. Also besser ran an den Herd, bevor du ihn mit leeren Händen empfängst.</p>	

15 g Ingwer - 1 Knoblauchzehe - 1 1/2 Frühlingszwiebeln - 170 g Schweinehack - 1 EL Reisessig - 1 EL Sojasoße - 1/2 TL Zucker - 1 TL Sesamöl - 1 Ei

**STEP 1
FÜLLUNG**

Die Wan-Tan Blätter langsam auftauen lassen (ca. 30 - 45 Minuten). In der Zwischenzeit den Ingwer und den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Frühlingszwiebeln in schmale Ringe schneiden. Alles zusammen mit dem Schweinehack in eine Schüssel geben. Sojasoße, Reisessig, Zucker, Sesamöl und ein Ei hinzufügen und alles gut miteinander vermengen.

20-25 Teigblätter (ca. 9 x 9 cm)

**STEP 2
TASCHEN**

Die Teigblätter mit etwas Abstand nebeneinander vorsichtig auf einer Arbeitsfläche platzieren. In der Mitte der Teigblätter die Füllung legen (ca. 2 TL). Mit einem Finger oder Pinsel den Rand der Teigblätter mit etwas Wasser befeuchten. Die Ränder über der Füllung zusammenfalten, sodass ein Dreieck entsteht.

15 g Ingwer - 1 Knoblauchzehe - 1 EL Erdnussöl - 1 TL Sesamöl - 1 1/2 EL Sojasoße - 1 EL Mirin - 1 l Geflügelfond

**STEP 3
BRÜHE**

Etwas Wasser in einem großen Topf erhitzen, bis es kocht. In der Zwischenzeit für die Brühe Ingwer und Knoblauch schälen, fein hacken und mit Erdnussöl und Sesamöl in einem weiteren Topf kurz anbraten. Den Pak Choi waschen und vierteln und zusammen mit Mirin, Sojasoße und dem Geflügelfond in den Topf geben. Kurz aufkochen und für ca. 5 weitere Minuten leicht köcheln lassen.

STEP 4

Die Wan-Tan Taschen in den inzwischen erhitzten Topf mit Wasser geben und dort einige Minuten kochen. Wenn die Wan-Tan Taschen an die Oberfläche steigen sind sie gar.

Vorsichtig mit einer Schaumkelle herausfischen und in Suppenschüsseln anrichten. Die Brühe gleichmäßig auf die Schalen verteilen und sofort servieren.

TIPP

Für einen kräftig-aromatischen Geschmack kannst du die Suppe am Ende noch mit etwas frischem Koriander bestreuen. Die Wan-Tan-Taschen lassen sich auch prima einfrieren. Also einfach direkt mehr machen und öfters genießen!