

Kochen

Serkan Güzelcoban

Montag, den 04.10.2021

Chinakohlpäckchen mit Lauchzwiebeln und Karotten

Für 4 Personen

Zutaten

Für den Reis

300 g Basmati-Reis
etwas Salz
2 EL Butter

Für die Päckchen

1 Chinakohl, groß, ca. 800 g
etwas Salz
4 Schalotten
4 Karotten, mittelgroß
100 g Knollensellerie
1 Bund Lauchzwiebeln
2 Paprikaschoten, gelb und rot
4 EL Sesamöl
etwas Currypulver
etwas Koriander, gemahlen
100 ml Sojasoße
4 TL Honig
4 EL Reissessig oder Balsamessig, hell
2 EL Sesamkörner
0,5 Bund Petersilie oder Koriander



Zubereitung

1. **Den Reis** lauwarm abbrausen, abtropfen lassen. Reichlich Salzwasser aufkochen, den Reis einstreuen und ca. 7 Minuten köcheln lassen. Reis abgießen und erneut gründlich mit lauwarmem Wasser waschen und abtropfen lassen.
2. Butter in einem breiten Topf schmelzen. Den vorgegarten Reis kegelförmig drauf schichten. Den Topf mit einem doppelt gelegten sauberen Geschirrtuch bedecken. Deckel auflegen und den Reis bei sehr schwacher Hitze ca. 20 Minuten gar dämpfen.
3. **Inzwischen Chinakohl** putzen und die Blätter vorsichtig lösen. Blätter in Salzwasser ca. 30 Sekunden blanchieren. Herausnehmen, kalt abbrausen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen.
4. Die Chinakohlblätter zwischen zwei Küchentücher lagen und mit einem Nudelholz vorsichtig plattieren.
5. Schalotten abziehen und fein würfeln. Karotten und Sellerie schälen, abbrausen, trockentupfen und jeweils in feine Streifen schneiden. Lauchzwiebeln und Paprika ebenfalls putzen und in feine Streifen schneiden.
6. In einer einer Pfanne 2 EL Sesamöl erhitzen. Karotten und Sellerie darin ca. 2 Minuten anbraten. Schalotten, Lauchzwiebeln und Paprika zugeben und weitere ca. 2-3 Minuten braten.
7. Mit Currypulver und Koriander würzen. Mit Sojasoße ablöschen und etwas einköcheln lassen. Zuletzt Honig sowie Essig zugeben, erneut abschmecken und lauwarm abkühlen lassen.
8. Sesam in einer Pfanne ohne Fett rösten und ebenfalls abkühlen lassen.
9. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden. Mit den Sesamkörnern unter das Gemüse mischen.
10. Chinakohlblätter auf einer Arbeitsplatte auslegen. je nach Größe der Blätter etwa 0,5 bis 1 TL Gemüsemischung am unteren Ende des Blattes platzieren. Die Blätter dann vom unteren Ende so fest wie möglich aufrollen.
11. Übriges Sesamöl erhitzen. Die Päckchen darin von allen Seiten knusprig braten. Herausnehmen und mit dem Reis servieren.