

Gebratene Teigtaschen mit Hackfleisch und Gemüse



Ob Ravioli in Italien, Samosas in Indien oder Momos in Tibet – Teigtaschen sind international beliebt und lassen sich mit fast allem füllen. Die Taschen im heutigen Rezept erinnern an japanische Gyoza und enthalten Hackfleisch, Lauch und Champignons.

Bei der Zubereitung sollte man darauf achten, den Teig wirklich sehr dünn auszurollen, sonst schmecken die Teilchen später «teigig». Nach dem Anbraten kommt jeweils etwas Wasser in die Pfanne und die Taschen werden bei geschlossenem Deckel noch kurz gedämpft. Die Anleitung für einen feinen Dip liefern wir gleich dazu.

Viel Spass beim Kochen und Geniessen!

Teig

- 160–180 ml Wasser
- ½ TL Salz
- 250 g Weismehl, plus etwas mehr zum Arbeiten
- Runder Teigausstecher mit 8–10 cm Durchmesser (alternativ ein Glas oder Ähnliches)
- Etwas neutrales Öl zum Braten
- Etwas Wasser für die Pfanne

Füllung

- 200 g Hackfleisch
- 50 ml Rindsbouillon
- 1 EL Sojasauce
- 1 EL Mirin
- 2 TL geriebener Ingwer
- 1 TL Salz
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 2 EL neutrales Öl
- 180 g Lauch, klein gehackt
- 100 g Champignons, klein gehackt

Dipsauce

- 6 EL Bouillon
- 4 EL Sojasauce
- 1 EL Sesamöl
- 2 TL Zucker
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 Frühlingszwiebel, nur der weisse Teil, fein gehackt

Teig

1. Wasser mit Salz kurz aufkochen, bis sich das Salz aufgelöst hat. Mit dem Mehl vermischen und mit der Küchenmaschine für 5 Minuten zu einem glatten Teig kneten lassen (oder per Hand circa 10 Minuten).
2. Eine Schüssel leicht einölen und den Teig 30 Minuten darin ruhen lassen.

Füllung

1. In der Zwischenzeit die Füllung zubereiten. Dafür Hackfleisch mit Bouillon, Sojasauce, Mirin, geriebenem Ingwer, Salz und Pfeffer vermischen.
2. Öl in einer grossen Pfanne erhitzen, Lauch und Champignons 3 Minuten darin dünsten.
3. Fleisch zugeben und weiter dünsten, bis es gar und die Flüssigkeit verdunstet ist. Beiseitestellen.

Dipsauce

1. Während die Füllung etwas auskühlt, alle Zutaten für die Dipsauce verrühren.

Finish

1. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche sehr dünn (circa 1 mm) auswallen.
2. Mit einem grossen Guetzliausstecher, Glas oder Ähnlichem Kreise à je 8 bis 10 cm Durchmesser ausstechen. Die Teigkreise nicht übereinanderlegen, da sie sonst zusammenkleben.
3. Pro Kreis circa $\frac{3}{4}$ EL der Füllung in die Mitte setzen, zusammenklappen und die Ränder gut andrücken; dabei möglichst rasch arbeiten, damit die Teigtaschen durch die Feuchtigkeit der Füllung nicht klebrig werden.
4. Teigtaschen in der Bratpfanne in etwas Öl pro Seite circa 2 bis 3 Minuten braten, bis sie hellbraune Stellen bekommen. Am besten arbeitet man in 2 oder sogar 3 Durchgängen, je nach Grösse der Pfanne. Nach dem Braten je Durchgang 50 ml Wasser in die Pfanne geben und diese sofort mit einem Deckel bedecken.
5. Im Wasserdampf für weitere 3 Minuten dünsten und danach sofort mit Dipsauce servieren.

Zubereitungsdauer: circa 2 Stunden

Gewürztraminer Cuvée Réserve d'Alsace AOC

Goldgelb glänzend. Duftet intensiv nach Rosen, exotischen Früchten und Zitrusfrüchten. Intensiv im Auftakt, mit vollem Körper und lang anhaltend im Gaumen.

[Jetzt im Weinshop ansehen](#)

