Dim-Sum mit würzigem Kalbfleisch

Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 5 min

Aktivzeit: 1 h 5 min

Mittel

Zutaten

für 20 Stück

Teig

500 g	Weizenweissmehl (Typ 550)
1 TL	Salz
4 dl	warmes Wasser

Füllung und Sauce

500 g	Gehacktes vom Schweizer Kalb (nicht zu mager, sehr fein gehackt)
1	walnussgrosses Stück Ingwer
1	Knoblauchzehe
3 Zweige	Pfefferminze
2 Zweige	Koriander
1	Bio-Limette
1 Msp.	Chiliflocken
2 TL	Sesamöl
1 EL	Sojasauce
1	Eigelb
1	rote Chilischote
30 g	brauner Zucker
2 dl	Wasser
1 dl	Reisessig

Nährwerte

1 Stück (ohne Kabissalat) enthält ca.:

133	kcal
9 g	Eiweiss
20 g	Kohlenhydrate
9 g	Fett

enthält Gluten

Laktosefrei

Freiwilliger ökologischer Leistungsnachweis: ?.

Der Grossteil der Schweizer Bauern erfüllt den ÖLN (Ökologischer Leistungsnachweis). Er regelt unter anderem den Einsatz von Dünger und Pflanzenschutzmitteln sowie den Boden- und den Gewässerschutz.

Zubereitung

1 Für die Füllung Kalbsgehacktes in eine Schüssel geben.

2 Ingwer schälen (das geht am besten mit einem Teelöffel) und fein reiben, Knoblauch schälen und fein hacken. Kräuter von den Stielen zupfen und fein hacken. Limettenschale fein abreiben, Saft auspressen.

3 Alles zum Kalbfleisch geben. Mit Chiliflocken, Sesamöl und Sojasauce würzen. Eigelb zugeben und alles gut zu einer homogenen Masse verarbeiten und kalt stellen.

4 Chili für die Sauce längs in 4–5 Scheiben schneiden, mit Zucker, Wasser und Reisessig in einem kleinen Topf 3–4 Minuten kochen lassen. Auskühlen lassen.

5 Für den Teig aus Mehl, Salz und Wasser einen geschmeidigen Teig kneten. Den Teig zu einer Rolle von ca. 4 cm Durchmesser formen und in dünne Scheiben schneiden.

6 Jede Teigscheibe zu einem dünnen, kleinen Fladen von ca. 6 cm Durchmesser formen. Der Rand sollte etwas dünner sein als die Mitte.

7 Je 1 EL Füllung in die Mitte der Teigscheiben geben und die Teigränder gezackt zusammenfalten.

8 Die Teigtaschen während ca. 6 Minuten im Bambuskörbchen oder mit einem Dämpfeinsatz in einer flachen Pfanne dampfgaren.

9 Sofort mit der Chilisauce servieren.

Dazu passt Kabissalat mit Chiliflocken und Sesamöl.