

Dim-Sum mit würzigem Kalbfleisch



Der feine Unterschied.

 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 Reissessig

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

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.

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 Reissessig 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 Chilisaucе servieren.
Dazu passt Kabissalat mit Chiliflocken und Sesamöl.