


Thai-Fondue mit Pouletschenkeln und Curry-Dip



Der feine Unterschied.

 Gesamtzeit: 1 h 30 min

 Marinieren: 1 h

 Einfach



Zutaten

für 10 Personen

Fleisch

- 10** Schenkel vom Schweizer Poulet (ohne Knochen)
- 1 dl** Teriyaki-Sauce
- 2 EL** Sesamöl
- 2** Limetten (Schale)
- 20** Shiitake-Pilze
- 2 l** kräftige Hühnerbouillon
- 1 Stück** Zitronengras
- 1** Limettenblatt
- 1** grosse Chilischote
- 10 g** Ingwer
- 2** Knoblauchzehen
- 200 g** Pankomehl
- 4 EL** Sesamöl
- 50 g** HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl

Red-Thai-Curry-Dip

- 1** Knoblauchzehe
- 1 EL** Sonnenblumenöl
- 2 EL** rote Thai-Curry-Paste
- 2 EL** Tomatenpüree
- 1 dl** Weisswein
- 1 Bund** Koriander
- 800 g** Crème fraîche
- 1** Limette (Schale und Saft)

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

Salz
Pfeffer
etwas Zucker

Reisbällchen

400 g Sushi-Reis
4.8 dl Wasser
1 dl Reissessig
1 EL Zucker
1 Prise Salz
etwas Ingwer, fein gerieben
1 Limette
1 Prise gemahlene Koriandersamen

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

849 kcal
38 g Eiweiss
58 g Kohlenhydrate
50 g Fett

 enthält Gluten

 enthält Laktose

Tipp

Die Bouillon des Thai-Fondues ist eine gute Basis für köstliche Suppen. Einfach Eiweiss und Unreinheiten abschöpfen und z.B. zu einer Noodle Soup weiterverarbeiten.

Zubereitung

1

Fleisch

Pouletschenkel in mundgerechte Stücke schneiden und mit Teriyaki-Sauce, Sesamöl und Limettenabrieb ca. 1 Stunde zugedeckt im Kühlschrank marinieren. Shiitake-Pilze halbieren und zum Poulet geben. Hühnerbouillon mit restlichen Zutaten aufkochen und zum Servieren in Rechaud-Pfannen bereitstellen. Pankomehl mit Sonnenblumenöl und Sesamöl goldbraun rösten und auf kleinen Tellern zum Fondue servieren. Poulet mit Shiitake-Pilzen auf Fonduegabel aufspießen, in der Bouillon garen, im Red-Thai-Curry-Dip und im Pankomehl dippen und geniessen.

2

Red-Thai-Curry-Dip

Knoblauch schälen, fein hacken und im Öl andünsten. Thai-Curry und Tomatenpüree zugeben und etwas mitdünsten. Mit Weisswein ablöschen, reduzieren und anschliessend abkühlen lassen. Koriander hacken und mit Curry-Knoblauch-Mischung, Crème fraîche, Limettensaft und -schale mischen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

3

Reisbällchen

Reis in einem Sieb waschen, bis klares Wasser durchrinnt. Reis und Wasser in einen Topf geben und bei hoher Hitze aufkochen lassen. Hitze reduzieren, abdecken und Reis so lange köcheln, bis er das ganze Wasser aufgesogen hat (ca. 15–20 Minuten). Anschliessend ausdampfen und abkühlen lassen. In der Zwischenzeit Reissessig mit Zucker und Salz aufkochen, Ingwer beigeben, Limettenabrieb zugeben und abkühlen lassen. Reis mit Reissessig parfümieren und mit Limettensaft und Koriandersamen abschmecken, ca. 30 g schwere Reisbällchen formen und servieren.