

Auberginen Szechuan Style, Naturreis, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Auberginen:

600 g Auberginen	3 Frühlingszwiebeln	3 Knoblauchzehen
3 cm Ingwer	1,5 EL Bohnenpaste	150 ml Gemüsefond
1 TL Chinkiang-Essig	1 TL dunkle Sojasauce	Keimöl
1 TL Speisestärke	4 TL Rohrzucker	$\frac{1}{2}$ TL Szechuan Pfeffer
Salz		

Für den Reis:

150 g Naturreis Salz

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke	2 Knoblauchzehen	1 EL Sesamöl
1 EL Chinkiang-Essig	1 TL heller Sesam	1 TL dunkler Sesam
$\frac{1}{2}$ TL Zucker	Salz	

Für die Auberginen:

Die Auberginen in Stifte schneiden und salzen. In einer Pfanne in Öl anbraten. Ingwer und Knoblauch fein reiben. Auberginen abtropfen lassen.

Bohnenpaste in etwas Öl im Wok anbraten bis sich das Öl rot färbt. Dann Ingwer und Knoblauch hinzufügen. Als nächstes Fond, Zucker und Sojasauce hinzufügen und kurz aufkochen. Im Anschluss Auberginen in den Wok geben. Speisestärke in etwas Wasser glattrühren und in den Wok geben. Kurz aufkochen lassen, damit die Sauce etwas andickt.

Essig hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen. Grünen Teil der Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden und die Hälfte unterrühren. Die andere Hälfte für die Garnitur aufbewahren. Mit Szechuanpfeffer und Salz abschmecken.

Für den Reis:

Reis und 300 ml Wasser mit einer Prise Salz in einen Topf geben und zum Kochen bringen. Den Herd etwas runterstellen bis der Reis leicht köchelt. Wenn das Wasser verdampft ist, ist der Reis fertig.

Für den Gurkensalat:

Gurke auf ein Brett legen und mit einem Nudelholz mehrfach draufhauen bis die Gurke an einigen Stellen aufgeplatzt ist. Mit einem Messer weiter zerkleinern und in mundgerechte Würfel schneiden. Gurke salzen und zum Entwässern bei Seite stellen. Knoblauch abziehen, fein reiben und mit den restlichen Zutaten, außer Sesam, zu einem Dressing verrühren.

Gurke abtropfen lassen und mit dem Dressing anmachen. Sesam über den fertigen Salat geben.

Den Reis und die Auberginen auf Tellern anrichten und mit den restlichen Frühlingszwiebeln bestreuen. Den Salat in einer separaten Schüssel anrichten und alles servieren.

Rebecca von Kuk am 19. März 2025