

Hähnchen-Gyoza mit Erdnuss-Soße, Gurken-Salat

Für zwei Personen

Für die Gyoza:

250 g Hähnchenbrust	150 g Spitzkohl	2 Frühlingszwiebeln
1 Knoblauchzehe	1 cm Ingwer	1 Ei
1 EL helle Sojasauce	1 TL Sesamöl	Sesamöl
250 g Weizenmehl	Salz	

Für die Erdnuss-Sauce:

1 rote Chilischote	3 EL helle Sojasauce	2 EL Agavendicksaft
1 EL Reisessig	1 TL Sesamöl	2 EL entöltes Erdnussmehl

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke	1 rote Chilischote	1 TL Reisessig
1 EL Sesamöl	1 EL helle Sojasauce	1 EL Agavendicksaft
1 TL schwarzer Sesam	Salz	

Für die Garnitur:

1 rote Chilischote	2 TL schwarzer Sesam	2 TL Crispy Chili-Öl
--------------------	----------------------	----------------------

Für die Gyoza:

Das Mehl mit 150 ml heißem Wasser und einer Prise Salz mit Stäbchen grob vermengen. Anschließend den Teig auf der Arbeitsfläche mit den Händen zu einer Kugel kneten und ruhen lassen.

Spitzkohl und Frühlingszwiebeln putzen und grob schneiden. Knoblauch abziehen. Ingwer schälen. Mit Hähnchenbrust, Ei, Sojasauce und Sesamöl in einen Multizerkleinerer geben und mixen, bis die Masse eine Hackfleisch ähnliche Konsistenz hat.

Den Teig mithilfe einer Nudelmaschine dünn ausrollen und mit einem runden Ausstecher Kreise (etwa 10 cm Durchmesser) ausstechen. Die Füllung mit einem Löffel auf den Teig geben, die Ränder leicht anfeuchten und zu einem Gyoza formen.

In einer großen Pfanne mit Deckel etwas Sesamöl erhitzen, die Gyoza in der Pfanne platzieren, kurz anrösten und anschließend etwa 100 ml heißes Wasser hineingießen. Deckel auf die Pfanne legen und die Gyoza 3-5 Minuten garen. Danach den Deckel abnehmen und Gyoza weiter garen, bis kein Wasser mehr in der Pfanne ist.

Für die Erdnuss-Sauce:

Chilischote hacken.

Alle Zutaten zu einer glatten Sauce verrühren. Chilischote je nach Geschmack dazu geben.

Für den Gurkensalat:

Gurke halbieren, entkernen, hobeln und salzen, damit das Wasser abtropfen kann. Chilischote hacken.

Sesamöl, gehackte Chilischote, Sojasauce, Agavendicksaft und Reisessig verrühren. Das Dressing über die Gurken geben und ziehen lassen.

Für die Garnitur:

Gericht mit Crispy Chili-Öl, schwarzem Sesam, gehackten Frühlingszwiebeln und gehackter Chilischote garnieren.

Pia Sorge am 01. September 2025