



## 懂懂中文学校

### Rezept für das Festessen zur Feier des chinesischen Neujahrs

#### Hühnersuppe mit Mais

Zutaten            ein ganzes Suppenhuhn  
                      Eine Dose Mais  
                      2 Eier  
                      Salz, Pfeffer, Ingwer, Schnittlauch, Sesamöl

Ganzes Huhn in 4 Liter kaltem Wasser mit einer Scheibe Ingwer kochen lassen. Nach ca. 20 Min. Huhn heraus nehmen. Dann Salz, Pfeffer und Mais hinein geben und ca. 10 Min. kochen lassen. Hühnerbrust mit den Händen fein zerreißen. 2 EL Maizena in kaltem Wasser auflösen, in die Suppe geben. Am Schluss 2 Eier in 3 EL kaltem Wasser schlagen und ebenfalls hinzufügen. Ein paar Tropfen Sesamöl auf die Suppe.

#### Mapo Tofu

Zutaten            100 g gehacktes Schweinefleisch  
                      Sambalöle (Chilisauce)  
                      Sichuan Pfeffer  
                      3 Packung Tofu  
                      Öl, Salz, Pfeffer, Knoblauch, Ingwer, Schnittlauch, Sojasauce

Sichuan Pfeffer kurz im Öl braten, dann rausnehmen. Ingwer, Knoblauch, Chilisauce im Öl gut anbraten, dann Hackfleisch dazugeben, ca. 2 Min. Braten, dann mit Salz, Pfeffer, Sojasauce abschmecken.

Tofu in 2 cm lang Stücke schneiden (im Öl gebraten) hinzufügen. Ca. 5 Min. kochen lassen. Zum Abschluss mit Schnittlauch garnieren.

#### Rindfleisch in Austernsauce

Zutaten            Rindgeschnetzeltes, Zwiebeln, Lauch, rote Peperoni, chinesische Pilze, Ingwer, Knoblauch, Austernsauce, Sojasauce, Maizena

Fleisch marinieren: mit Salz, pfeffer, ein bisschen Natrium, Maizena, Öl  
20 Min. bei Zimmertemperatur stehen lassen.

Öl im Bratpfanne gut erhitzen. Rindfleisch 1 Min. bei gutem Umrühren anbraten, dann herausnehmen.

Knoblauch, Ingwer, Zwiebeln in der Pfanne anbraten, dann Lauch, Peperoni und Pilze dazugeben, 2 Min. kochen, gut salzen.  
Gebratenes Fleisch wieder in die Pfanne geben, Sojasauce, Austernsauce dazugeben, gut rühren.  
Am Ende mit Maizena die Sauce fest binden.

### **Süss & Sauer Fisch**

Zutaten            1 kg Fischfilets  
                      Zwiebeln, Ananas, grünen Peperoni, Karotten in kleinen Stücken  
                      Sauce: Essig, Zucker, Tomatepüree, Salz, Sambalöle, Maizena

Fischfilets in je 3-4 Stücke zerteilen. Weissmehl, Eier und Maizena mit Wasser zum Teig mischen, Filetstücke hineinlegen, dann abtropfen lassen und frittieren.  
Wenig Sambalöle in Öl anbraten, dann Zucker, Essig, Tomatepüree dazugeben, kurz aufkochen. Mit Maizena Sauce binden und mit Salz abschmecken.  
Zwiebeln, Peperoni und Karotten kurz braten, salzen und dann Sweet&sour-Sauce dazugeben.  
Zum Schluss Ananas dazu geben und die frittierten Fischstücke einlegen.

### **Gebratener Broccoli**

Zutaten            Broccoli, Knoblauch, Öl, Salz, Maizena

Broccoli in kleine Stück schneiden, in kochendem Salzwasser 1 Min. kochen lassen, mit kaltem Wasser abspülen.  
Knoblauch in Öl anbraten, dann Broccoli dazugeben, salzen. Maizena dazugeben.

### **Glasnudelsalat mit Karotten & Gurke**

Zutaten            Karotten, Gurke, Glasnudeln  
                      Knoblauch, Chilisauce, Sesamöl, Essig, Sojasauce, Schnittlauch

Karotten in feine Streifen schneiden, kurz im Öl braten.  
Gurke ohne Herz in feine Streifen schneiden.  
Glasnudeln, in heissem Wasser eingeweicht, kurz im Wasser kochen, mit kaltem Wasser abspülen.  
Alles gut mischen und in einen Teller geben. Dann Essig, Salz und Sojasauce dazugeben.  
Knoblauch und Chilisauce in Öl gut anbraten und zum Salat geben. Zum Abschluss mit Schnittlauch garnieren.

### **Dessert**

Kokosmilch mit Palmzucker kochen, erkalten lassen.  
Fruchtsalat mit Äpfeln, Mandarinen, Kiwi, Ananas und Litschi gut vermischen.