



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Weitere Rezepte: <http://www.stadtgarten-nuernberg.de/blog/>

Auberginen mit Vishsoße

In China haben „Nachmach“ Gerichte eine jahrhundertealte Tradition. Ist so. Es gibt einen hohen Anteil an Buddhisten – die oft aus religiösen Gründen kein Fleisch essen. Speziell in buddhistischen Klöstern findet man dann Gerichte, die typische Fleisch oder Fisch-Speisen imitieren. Aber auch außerhalb der buddhistischen Traditionen finden sich die beliebten „Mogel-Packungen“.

Die ist ein traditionelles Gericht der Szetschuan Küche. Ich habe mir das nicht ausgedacht. Die berühmte Szetschuan Fisch-Soße enthält eine Menge Zutaten – nur keinen Fisch. Wie fast alles aus der Region verwendet sie aber tüchtig Chilis. In Szetschuan liebt man es scharf.

Gegessen wird das Auberginen-Gemüse traditionell zu Reis.

Zutaten ca. 4 Portionen

- 4 getrocknete Chili-Schoten
- Ca. 500g Auberginen
- 3 Frühlingszwiebeln
- 1 cm Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 EL chinesische Sojasoße (oder Shoyu)
- 1 EL Shooxing oder Reiswein
- 1 TL Zucker
- 1 EL Chilibohnenpaste
- 2 TL Stärkemehl
- 1 TL geröstetes Sesamöl



1. Die getrocknete Chili in heissem Wasser einweichen und dann fein hacken.
2. Die Auberginen in fingerdicke Scheiben schneiden. Je nach Größe ggf. halbieren oder vierteln. In Öl ausbraten, bis sie lecker braun geröstet sind. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
3. Die Frühlingszwiebeln fein hacken, den Ingwer und den Knoblauch fein reiben. Dann in einer tiefen Pfanne oder im Wok in Öl anrösten.

4. Die gehackte Chili zugeben und dann mit der Sojasoße und dem Reiswein ablöschen.
5. Zucker, Chilibohnenpaste und Auberginen zugeben und gut durchmischen. Bei geringerer Hitze alles erwärmen.
6. Die Stärkemehl mit etwas Wasser anrühren und dann zu den Auberginen geben. Einmal aufkochen, damit die Stärke ausdicken kann.
7. Mit Sesamöl fertig würzen und servieren.

