



## Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> [xenia@bluepingu.de](mailto:xenia@bluepingu.de)

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

### Weisskohl scharf-sauer - China

In der chinesischen Küche gibt es unzählige Varianten Gemüse zuzubereiten. Fast alles wird schnell im Wok angebraten und unter Zugabe von Gewürzen und Soßen dann gebraten oder gedämpft. Gegessen werden die Gemüse immer mit Reis. Die Soßen dürfen daher auch sehr viel Geschmack haben, da sie mit Reis vermischt werden. Der „schluckt“ ja Geschmack.



Ich persönlich mal die Szetschuan Küche sehr gern. Es ist die Schärfste aller chinesischen Küchen-Traditionen. Und ich mag es ja scharf. Wer sich jetzt aber vor der Schärfe fürchtet, reduziert die Menge an Szetschuan Pfeffer. Dieser Pfeffer hat mit echtem Pfeffer nichts außer dem Namen gemein. Eigentlich ist die Pflanzenart eher mit den Zitrusholzern verwandt. Verwendet werden die getrockneten Früchte. Auch die Klassifizierung als „scharf“ ist irreführend. Die im Szetschuanpfeffer enthaltenen Inhaltsstoffe lösen in prickelndes, betäubendes Gefühl auf Lippen und Zunge aus und wird daher als „scharf“ empfunden. Der Geschmack ist besonders und kennzeichnend für die Namensgebende Provinz Sichuan.

Wer diesen Pfeffer nicht bekommt oder sich davor fürchtet nimmt einfach sehr viel frischen schwarzen Pfeffer. Schmeckt zwar ganz anders – aber Hauptsache ihr traut euch das nachkochen!

#### Zutaten ca. 4 Personen

Ca. 700g Weißkohl

2 EL chinesische Sojasoße (oder Shoyu)

1 ½ EL Shaoxing oder Reiswein

1 ½ EL Zucker

1 ½ TL Salz

10 Szetschuan Pfefferkörner

1 TL geröstetes Sesamöl

1 EL Essig

1. Den Weißkohl putzen (äußere Blätter ggf. entfernen), den Strunk entfernen und dann in Würfel schneiden. In Öl anbraten, bis der Kohl gar ist und braune Stellen bekommt.
2. Die Szetschuan Pfefferkörner grob zerstoßen und zusammen mit allen anderen Zutaten zu dem Kohl hinzufügen.



xenia's  
vegan  
punk food 