KIKKOMAN

Shumai-Rezept

Gesamtzeit **45 Min.** **45 Min.** Vorbereitungszeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1588 kJ / **379 kcal**

Fett: **13,6 g** Eiweiß: **20,4 g**
Kohlenhydrate: **41,6 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

1	Packung Shumai-Teig (fertig käuflich)
Für die Füllung:	
200 g	Zwiebeln
5	Shiitake-Pilze (oder braune Champignons)
1	kleines Stück Ingwer (ca. 1 cm)
600 g	Schweineschulter (Scheiben etwas dünner als ca. 1 cm) (alternativ: Hühnerbrustfilet)
2 TL	Zucker
2 TL	gekörnte Rinderbouillon (Pulver)
3 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
1	frisches Ei
1,5 EL	Sesamöl
1,5 EL	Sake (oder Weißwein)
4 EL	Kartoffelmehl
2 EL	TK-Erbsen
Für den Dip:	
	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
	Senf

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Für die Füllung Zwiebeln abziehen und hacken. Bei den Shiitake-Pilzen den Stiel abschneiden und die Pilze grob hacken. Ingwer schälen und reiben. Das Schweinefleisch trocken tupfen, in kleine Stücke schneiden und auf einem Schneidebrett verteilen. Mit der Rückseite eines Küchenmessers „gut hacken“, um das Fleisch fein zu zerdrücken.

Schritt 2

Das „zerdrückte“ Fleisch in eine große Schüssel geben. Shiitake-Pilze, Ingwer, Zucker, Rinderbouillon, Sojasauce, Ei, Sesamöl und Sake zufügen und alles gut mit der Hand durchkneten.

Schritt 3

Die gehackten Zwiebeln und das Kartoffelmehl (etwas Kartoffelmehl für die Erbsen beiseite stellen) in einer weiteren Schüssel gut vermischen. Zu der Fleischmischung geben und gut vermengen.

Schritt 4

Die Teigstücke auf einer Arbeitsfläche verteilen und ca. 30 g Fleischfüllung auf jedes Blatt geben. Den Teig mit der Füllung zu einer Blüte formen. Dabei den Boden etwas flach drücken, damit die Shumai stehen können.

Schritt 5

Die gefrorenen Erbsen mit dem beiseite gestellten

Kartoffelmehl bestreuen und auf jeden Shumai 1 Erbse legen. Die Shumai mit ausreichend Abstand in einem Dampfkorb legen und bei starker Hitze ca. 8 Minuten dämpfen. Shumai mit Sojasauce und Senf servieren.