Rezept

Austernpilze mit Yanang-Sauce

Ein Rezept von Austernpilze mit Yanang-Sauce, am 29.04.2024

Zutaten

12	yanang-Blätter
2	Maiskolben
4 EL	helle Sojasauce
100 g	Lao-Basilikumblätter (bai mänglag)
3	Thai-Schalotten
2	kleine grüne Chilischoten
500 g	Austernpilze
200 g	Thai-Spinat
2 EL	Fischsauce
1	Stängel Zitronengras
3	Knoblauchzehen
1 Prise	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2-4 PERSONEN: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 245 kcal

Zubereitung

1. Für die Würzpaste das Zitronengras von äußeren harten Blättern befreien, das untere weiche Drittel klein schneiden und in den Mörser geben. Schalotten und Knoblauch schälen und hacken. Chilis waschen, putzen, etwas zerkleinern. Alles mit dem Salz in den Mörser geben, fein zerreiben.

2. Die yanang-Blätter waschen und grob zerkleinern. Mit ⅛ l Wasser verrühren, die Mischung in ein feines Haarsieb gießen und sehr gut auspressen, den grünen Extrakt auffangen.

3. Austernpilze putzen und eventuell mit Küchenpapier abreiben. Harte Stiele entfernen, die Pilze quer in Streifen schneiden. Maiskolben waschen und abtrocknen, die Körner mit einem scharfen Messer von den Kolben schneiden. Spinat waschen, gut abtropfen lassen und in 2 cm breite Streifen schneiden.

4. Yanang-Extrakt, Sojasauce und Fischsauce in den Wok oder in eine schwere tiefe Pfanne geben und erhitzen. Die Würzpaste unterrühren und zum Kochen bringen. Austernpilze, Mais und Spinat untermischen und 4-5 Min. bei mittlerer Hitze garen.

5. Basilikum waschen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Unter das fertige Gericht mischen.