Rezept

Knusprige Tempura

Ein Rezept von Knusprige Tempura, am 28.04.2024

Zutaten

5 EL	Sojasauce
80 ml	Fischfond (aus dem Glas)
1 Stück	Ingwer (ca. 50 g)
8	rohe Bio-Garnelen (ohne Kopf, bis auf die Schwanzflosse geschält)
2	Möhren
50 g	Mehl
1/2 TL	Backpulver
800 ml	neutrales Pflanzenöl zum Frittieren
5 EL	Mirin (süßer Reiswein)
1/2 TL	Zucker
150 g	Daikon-Rettich (ersatzweise herkömmlicher Rettich)
4 kleine	Austernpilze
4	Frühlingszwiebeln
8 große	Basilikumblätter
50 g	Speisestärke
1	Eigelb (Größe M)

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 295 kcal

Zubereitung

1. Für den Dip Sojasauce, Mirin, Fischfond und Zucker in einem Topf verrühren. Bei mittlerer Hitze erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. In vier Schälchen verteilen, kalt stellen. Den Ingwer und Rettich schälen, getrennt voneinander fein reiben, gut ausdrücken und zu je vier Türmchen formen. Abgedeckt kalt stellen.

2. Für die Tempura die Garnelen entlang des Rückens leicht einschneiden und den Darm herauslösen. Garnelen waschen und trocken tupfen. Die Pilze putzen. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in 8 cm lange Stücke schneiden. Möhren schälen und längs vierteln. Die Basilikumblätter abbrausen und trocken tupfen.

3. Den Backofen auf 100° vorheizen, dabei ein Backblech hineinschieben (Mitte). In einem weiten, hohen Topf das Frittieröl auf 180° erhitzen. Um zu prüfen, ob das Öl heiß genug ist, den Stiel eines Holzkochlöffels hineinhalten. Wenn sich an dem Stiel sofort kleine Bläschen bilden, ist die Temperatur zum Frittieren richtig.

4. Mehl, Stärke und Backpulver mischen. 200 ml eiskaltes Wasser mit Eigelb, dann mit der Mehlmischung nur kurz verrühren (der Teig darf Klümpchen haben).

5. Nacheinander die Garnelen durch den Teig ziehen, ins heiße Öl geben und in 3-4 Min. knusprig frittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen, auf das Blech im Ofen geben und warm halten. Dann die vorbereiteten Gemüse wie beschrieben frittieren und im Ofen warm halten, bis alles fertig ist. Zum Schluss noch die Basilikumblätter ganz kurz frittieren.

6. Die Tempura auf Tellern anrichten und servieren. Dazu für jeden ein Dipschälchen und zum Nachwürzen des Dips die Ingwer- und Rettichtürmchen reichen.