

## Rezept

# Gemüse-Tempura

Ein Rezept von Gemüse-Tempura, am 10.06.2026

## Zutaten

<b>200 ml</b> Fischfond (Glas)	<b>3 EL</b> Mirin (Reiswein, ersatzweise Cream Sherry)
<b>50 ml</b> Sojasauce	Salz
<b>1 kg</b> gemischtes Gemüse (z. B. Shiitake-Pilze oder Champignons, Möhren, Zucchini, Kohlrabi, Blumenkohl- oder Brokkoliröschen, Aubergine)	<b>3</b> Eigelb
	<b>100 g</b> Mehl
	Mehl zum Wenden
<b>1 l</b> Öl zum Ausbacken	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 465 kcal

## Zubereitung

1. Für den Dip den Fond mit Mirin, Sojasauce und 1/4 TL Salz verrühren.

---

2. Das Gemüse waschen, putzen oder schälen und trockentupfen. Je nach Sorte in dünne Scheiben oder kleine Stücke schneiden.

---

3. Im Wok das Öl auf etwa 170° erhitzen. Für den Teig die Eigelbe mit 1/8 l eiskaltem Wasser und dem Mehl rasch verrühren. Gemüse in Mehl wenden, abschütteln. Portionsweise durch den Teig ziehen, abtropfen lassen und schwimmend im heißen Fett in 3 Min. hellgelb und knusprig ausbacken. Tempura auf Küchenpapier kurz abtropfen lassen. Sofort mit dem Dip servieren.