

Rezept

Suppe mit gefüllten Teigtaschen (Soup Giau)

Ein Rezept von Suppe mit gefüllten Teigtaschen (Soup Giau), am 09.06.2026

Zutaten

4 Knoblauchzehen	200 g Schweinhackfleisch
1 Ei	2 EL Öl
1/2 TL Salz	1 TL Zucker
150 g TK-Wan-Tan-Teigblätter (für Suppe)	10 Knoblauchzehen
2 EL Öl	4 getrocknete Shiitakepilze
1 große Möhre	3 Knoblauchzehen
1 Stange chinesischer Schnittsellerie mit Wurzel	evtl. 1 Frühlingszwiebel
1 1/2 l Hühnerbrühe	15 schwarze Pfefferkörner
evtl. frisch gemahlener weißer Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 425 kcal

Zubereitung

1. Für die Teigtaschen den Knoblauch schälen und pressen. Das Hackfleisch mit dem Ei, 1 EL Öl, Salz, Knoblauch und Zucker in einer Schüssel gut mischen, bis die Zutaten binden.
2. Die Teigblätter einzeln in die Hand nehmen und eine teelöffelgroße Portion Füllung in die Mitte geben, den Teig mit den Fingern zusammenfassen und zu einem Beutel drehen. Teigtaschen auf eine Platte legen.
3. In einem Topf 2 l Wasser aufkochen. Die Hitze reduzieren, die Teigtaschen hineingeben und 3-4 Min. garen. Sobald sie an der Oberfläche schwimmen, mit einer Schaumkelle herausheben und in einer Schüssel mit kaltem Wasser kurz abschrecken. Herausheben, abtropfen lassen und auf eine mit etwas Öl bepinselte Platte legen.
4. Für den frittierten Knoblauch die Knoblauchzehen schälen und im Mörser gut stampfen. Das Öl im Wok sehr stark erhitzen, den Knoblauch hineingeben und knusprig goldbraun braten. Knoblauch und Öl in ein Schälchen füllen und beiseitestellen.
5. Für die Suppe die getrockneten Shiitakepilze mindestens 20 Min. in warmem Wasser einweichen. Stiel abschneiden, Hüte halbieren. Die Möhre waschen, schälen und in 2 cm dicke Scheiben schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Sellerie und evtl. Frühlingszwiebel waschen, putzen, die Wurzeln abschneiden und ein wenig quetschen. Beide Stängel in feine Röllchen schneiden und beiseitestellen.
6. In einem Topf die Brühe aufkochen, Pfefferkörner, Knoblauch, Selleriewurzel, Pilze und Möhre hineingeben und bei kleiner Hitze ca. 20 Min. köcheln, bis Möhre und Pilze gar sind.

7. Die Teigtaschen auf Suppentassen verteilen, dann Pilze und Möhre dazugeben und mit der Brühe auffüllen. Sellerie und Frühlingszwiebel darüberstreuen und je ½ TL knusprigen Knoblauch obenauf geben. Nach Belieben mit fein gemahlenem weißem Pfeffer abschmecken.