

Rezept

Wan Tans mit Hackfleisch – Heißluftfritteuse

Ein Rezept von Wan Tans mit Hackfleisch – Heißluftfritteuse, am 19.04.2024

Zutaten

20 Wan-Tan-Teigblätter (ca. 10 x 10 cm; tiefgekühlt, Asialaden)	2 getrocknete Steinpilze
1 Eigelb	250 Schweinehackfleisch
1/2 TL Sojasauce	1/2 TL Speisestärke
1 TL Austernsauce	1 TL neutrales Öl
Pfeffer	1 TL Zucker
	evtl. Schnittlauch zum Dekorieren

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 20 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 60 kcal, 3 g F, 3 g EW, 5 g KH

Zubereitung

1. Die Wan-Tan-Teigblätter auftauen. Die Steinpilze für ca. 30 Min. in warmem Wasser einweichen und quellen lassen. Danach die Pilze vorsichtig aus dem Wasser heben, gut ausdrücken und in kleine Stücke hacken. Das Pilzwasser beiseitestellen.
2. Das Hackfleisch in einer Schüssel mit Pilzen und Eigelb vermischen, dann Stärke, Sojasauce, Öl, Austernsauce, Zucker, Pfeffer und 1 EL Pilzwasser zugeben und alles mit den Händen sorgsam durchkneten. So nimmt das Hackfleisch die Aromen am besten auf.
3. Die Teigblätter nacheinander in eine Hand legen, 1 TL Füllung in die Mitte geben und den überstehenden Teig oben zudrehen. Die Wan Tans auf die Grillplatte der Heißluft-Fritteuse verteilen, Platte auf dem Rührarm platzieren und den Timer auf 15 Min. einstellen. Das Gerät starten. Für eine schöne Optik evtl. mit Schnittlauch zubinden, mit Chilisauce servieren.