



MEINE BEWERTUNG



TM5/TM31*

*Angaben nur bei Abweichung

THAI-HÄHNCHEN IN WAN-TAN-SCHALEN

ZUTATEN FÜR 24 STÜCK

Wan-Tan-Schalen

Olivenöl zum Bestreichen

24 Wan-Tan-Teigblätter (11 x 11 cm)

Füllung

1 Stängel Zitronengras, frisch,
in Ringen

2 Frühlingszwiebeln, in Stücken
(2–3 cm)

1 rote Zwiebel (ca. 50 g), halbiert

2 rote Chilischoten, frisch, nach
Wunsch entkernt

1 grüne Chilischote, frisch, nach
Wunsch entkernt

1 Bund Koriander

4–5 Stängel Minze, frisch, abgezupft

65 g Limettensaft

50 g Fischsauce

1 EL Vollrohrzucker

500 g Wasser

300 g Hähnchenfleisch, in Würfeln
(2 cm)

ZUBEREITUNG

Wan-Tan-Schalen

1. Backofen auf 180°C vorheizen. 2 Muffinbleche (je 12 Mulden) mit Öl einfetten.
2. Jede Muffinmulde mit einem Wan-Tan-Teigblatt auslegen, überstehende Enden nach innen falten oder abschneiden. Oberfläche der Teigblätter mit Öl bestreichen und in den Muffinblechen nacheinander ca. 7–8 Minuten (180°C) goldbraun backen.
3. Teigschalen aus den Muffinblechen nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen. In dieser Zeit die Füllung zubereiten.

Füllung

4. Zitronengras in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 6** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
5. Frühlingszwiebeln, rote Zwiebel, 1 rote Chilischote, grüne Chilischote, 5 Stängel Koriander und Minze zugeben, **10 Sek./Stufe 6** zerkleinern und umfüllen.
6. Limettensaft, Fischsauce und Zucker in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 3** vermischen und Sauce in eine separate Schüssel umfüllen.
7. Wasser in den Mixtopf geben, Gareinsatz einhängen, Hähnchenfleisch einwiegen und **15 Min./Varoma/Stufe 2** garen.
8. Gareinsatz mithilfe des Spatels herausnehmen und Mixtopf leeren. Gegartes Hähnchenfleisch und Zwiebel-Kräuter-Mischung in den Mixtopf geben und **4 Sek./Stufe 4** zerkleinern.
9. Sauce zugeben und **5 Sek./Stufe 3** verrühren.
10. Die Füllung gleichmäßig in den vorgebackenen Wan-Tan-Schalen verteilen. Vom restlichen Koriander die Blättchen abzupfen und eine rote Chilischote in Ringe schneiden. Teigschalen mit Koriander und Chili garnieren und sofort servieren.

NÜTZLICHES ZUBEHÖR

Backpinsel

Muffinblech

Kuchengitter

FORTSETZUNG

TM5/TM31*

*Angaben nur bei Abweichung

THAI-HÄHNCHEN IN WAN-TAN-SCHALEN

TIPPS

- Wan-Tan-Teigblätter bekommen Sie in gut sortierten Supermärkten oder Asia-Shops.
- Wenn Sie keinen Wan-Tan-Teig bekommen, ersetzen Sie diesen mit einer dreifachen Lage Filoteig und schneiden ihn nach Bedarf zurecht.
- Wenn Sie nur ein Muffinblech haben, backen Sie jeweils 12 Teigschalen nacheinander.



Arbeitszeit:
20 Min.



Gesamtzeit:
45 Min.



24
24 Stücke



einfach



Pro Stück: Eiweiß 4 g
Kohlenhydrate 25 g / Fett 5 g
Brennwert 311 kJ/74 kcal