



Köstliches Fernöstliches – entdecken Sie die scharf-exotische Art zu kochen

- Asiatisches Fisch-Fondue
- Scharf-Saure-Reisnudelsuppe
- Frühlingsröllchen mit Garnelen
- Wok-Nudeln mit Gemüse und Tofu
- Schweinefilet mit Bambussprossen und Duft-Reis
- Kokos-Waffeln mit exotischen Früchten

Alle Rezepte gelten - falls nicht anders angegeben - für 4 Personen.

Weitere Informationen/Rezepte:
www.lien-ying.de

12. Auflage

RILA Feinkost-Importe
Spezialist für Ländersortimente
D-32351 Stemwede-Levern
e-mail: kontakt@rila.de

Die **fettgedruckten** Zutaten finden Sie im fernöstlichen Länderfeinkost-Regal **LIEN YING**.

Zusätzlich benötigte Produkte sind in normaler Schriftgröße aufgeführt

Zur Einstimmung auf das Fondue servieren Sie Ihren Gästen einen süßen, würzigen Reiswein. **Sake** wird traditionell warm oder kalt in kleinen Bechern serviert.

Asiatisches Fisch-Fondue

Zutaten:

ca. 800 g gemischtes festes Fischfilet (z.B. Lachs, Schwertfisch, Victoriabarsch)
Saft einer Zitrone
150 g Garnelen, küchenfertig
250 g Brokkoli
200 g Champignons
je 1 rote und grüne Paprika
LIEN YING Asiatischer Kleb-Reis
2 Gläser **LIEN YING Asia-Fond**
LIEN YING Ming Chips (Tapioka-Garnelen-Chips)

Zum Dippen:

LIEN YING Saté-Sauce
LIEN YING Dim-Sum-Sauce
LIEN YING Thai-Chili-Sauce
LIEN YING Chilisaucen, scharf oder süß
LIEN YING Mango-Chutney
LIEN YING Indonesische Sojasauce, würzig (Ketjap Asin)
LIEN YING Indonesische Sojasauce, süß (Ketjap Manis)

Zubereitung:

Fischfilet eventuell entgräten, waschen, trockentupfen und in 2 x 2 cm große Würfel schneiden, mit Zitronensaft beträufeln. Garnelen waschen und trockentupfen. Brokkoliröschen und Champignons putzen, eventuell halbieren. Paprika in Stücke schneiden. Fischwürfel und Gemüse getrennt in kleine Schälchen füllen. Als Beilage den Kleb-Reis gemäß Packungsanleitung garen, in eine Schüssel füllen. Inzwischen Asia-Fond aufkochen, im Fonduepf auf einem Rechaud weiterköcheln lassen. Fisch und Gemüse entweder auf Fonduegabeln oder in kleinen Sieben in dem Fond garen. Die verschiedenen **LIEN YING Würzsaucen**, den **LIEN YING Klebreis** sowie die **LIEN YING Ming Chips** dazu reichen.

Tipp: Asia-Fond anschließend für eine Suppe verwenden.

Scharf-Saure-Reisnudelsuppe

Zutaten:

4 LIEN YING Shiitake-Pilze
ca. 70 g LIEN YING Reis-Bandnudeln
1 1/2 l Hühnerbrühe
250 g Hähnchenbrustfilet
1/2 Glas LIEN YING Bambussprossen-Streifen
2-3 EL LIEN YING Chili-Sauce, süß
2-3 EL LIEN YING Süß-Sauer-Sauce
2 EL LIEN YING Indonesische Sojasauce, süß (Ketjap Manis)
1 EL LIEN YING Fischsauce
2-3 EL LIEN YING Su Reis-Essig
1-2 TL LIEN YING Ingwerpaste
Salz, schwarzer Pfeffer
2 Frühlingszwiebeln

Zubereitung:

Die Pilze 1 Stunde in reichlich kaltem Wasser im Kühlschrank quellen lassen. Abtropfen lassen und in frischem Wasser 15 Minuten kochen lassen, abtropfen lassen und in Stücke schneiden. Reis-Bandnudeln mit kochendem Wasser übergießen, 10 Minuten quellen lassen, abtropfen lassen, in ca. 4 cm lange Streifen schneiden. Hühnerbrühe in einem großen Topf zum Kochen bringen. Hähnchenfleisch in Streifen schneiden, in die Brühe geben und 5 Minuten köcheln lassen. Bambussprossen abtropfen lassen, zusammen mit den Pilzen und den Nudeln in der Brühe erhitzen. Die Suppe mit den Saucen, Reis-Essig, Ingwerpaste sowie Salz und Pfeffer würzen. Die Frühlingszwiebeln in feine Streifen schneiden und die Suppe damit garnieren.

Frühlingsröllchen mit Garnelen

Zutaten:

Für die Füllung:

- 200 g küchenfertige Garnelen
- 2 EL **LIEN YING Hoi Sin-Sauce**
- 1 EL **LIEN YING Austern-Sauce**
- 1 EL **LIEN YING Fisch-Sauce**
- 1 EL **LIEN YING Indonesische Sojasauce, würzig** (Ketjap Asin)
- 1/2 TL **LIEN YING Sambal Oelek Trassie** (Chilli-Garnelenpaste)
- 1/2 rote Paprikaschote
- 1 Lauchzwiebel
- 120 g **LIEN YING Mungbohnenkeimlinge**
- 1 Pck. **LIEN YING Reispapier**

Zum Braten:

- 4-5 EL **LIEN YING Erdnussöl**

LIEN YING Thai-Chili-Sauce

LIEN YING Dim-Sum-Sauce

Zubereitung:

Garnelen in kleine Stücke schneiden. In einer Schüssel die verschiedenen Saucen und Sambal Oelek Trassie miteinander verrühren, die Garnelen darin marinieren. Inzwischen die Paprika putzen, in feine Streifen schneiden. Lauchzwiebel putzen, in dünne Ringe schneiden. Mungbohnenkeimlinge abtropfen lassen und klein schneiden. Alle Zutaten miteinander vermischen.

Das Reispapier gemäß Packungsanleitung einweichen, jeweils 1 EL der Füllung in die Mitte eines Reispapierblattes setzen. Zuerst die Seiten darüber klappen, dann so aufrollen, dass die Frühlingsröllchen gut verschlossen sind. Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen, die Röllchen darin rundherum goldgelb braten und sofort servieren.

Reichen Sie dazu **LIEN YING Thai-Chili-Sauce** und **LIEN YING Dim-Sum-Sauce** zum Dippen.

Wok-Nudeln mit Gemüse und Tofu

Zutaten:

1 Glas **LIEN YING Tofu**

Für die Marinade:

2 EL **LIEN YING San Chau**, chin. Sojasauce, hell

2 EL **LIEN YING Erdnussöl**

1/2 EL **LIEN YING Thai-Curry-Paste, rot**

3 Möhren

150 g Brokkoli

je 1 rote und gelbe Paprika

2 EL **LIEN YING Mu Err-Pilze**, 370 ml Glas

1 Glas **LIEN YING Sojabohnenkeimlinge**, 370 ml

2-3 EL **LIEN YING Woköl**

2-3 EL **LIEN YING San Chau**, chin. Sojasauce, hell

1 TL **LIEN YING Sambal Badjak**

1 EL **LIEN YING Fischsauce**

1 TL **LIEN YING Zitronengras**, gemahlen

1/2 TL **Koriander**, gemahlen

1 Glas **LIEN YING Asia-Fond**

150 g **LIEN YING Wok-Eier-Nudeln**

2 EL **LIEN YING Goma** (geröstete Sesamsamen)

Zubereitung:

Tofu abtropfen lassen und würfeln. Für die Marinade alle Zutaten miteinander verrühren und den Tofu darin marinieren.

Möhren putzen, in Streifen schneiden. Brokkoli in Röschen zerteilen, eventuell halbieren, den geputzten Stiel in Stücke schneiden. Paprika putzen und in Rauten schneiden. Pilze und Sojabohnenkeimlinge abtropfen lassen. Das Öl im Wok erhitzen, Möhren, Brokkoli und Paprika ca. 5 Minuten darin dünsten. Mu Err-Pilze und Sojabohnenkeimlinge zufügen. Sojasauce, Sambal Badjak, Fischsauce sowie die Gewürze zugeben und abschmecken. Asia-Fond angießen, erhitzen, die Wok-Eier-Nudeln einrühren. Unter gelegentlichem Rühren weitergaren bis die Flüssigkeit von den Nudeln aufgenommen wurde. Eventuell nochmals abschmecken und mit Sesamsamen bestreuen.

Schweinefilet mit Bambussprossen

(für 3 Personen)

Zutaten:

400 g Schweinefilet

Für die Marinade:

1 EL LIEN YING **Mirin** (süßer Reiswein)

1 TL LIEN YING **5-Gewürze-Pulver**

Zum Braten:

3 EL LIEN YING **Erdnussöl**

4-5 Zehen LIEN YING **Thai-Chili-Knoblauch**

1 Dose LIEN YING **Asiatisches Mischgemüse**

1 Dose LIEN YING **Bambussprossen in Scheiben**, 314 ml

2 EL LIEN YING **Mango-Chutney**

1/2 TL LIEN YING **5-Gewürze-Pulver**

LIEN YING Thailändischer Duftreis

Zubereitung:

Fleisch in Streifen schneiden und in einer Schüssel mit Mirin und dem 5-Gewürze-Pulver vermischen. Mindestens 1/2 Stunde darin ziehen lassen. In einem Wok das Öl erhitzen, den gehackten Knoblauch darin andünsten. Das Fleisch zufügen und rundherum anbraten.

Mischgemüse und Bambussprossen abtropfen lassen, in den Wok geben, erhitzen und mit Mango-Chutney und 5-Gewürze-Pulver abschmecken.

Dazu gegarten **LIEN YING Thailändischen Duftreis** reichen.

Kokos-Waffeln mit exotischen Früchten

(ergibt 6 - 7 Waffeln)

Zutaten:

1 Dose **LIEN YING** Früchte in Sirup nach Geschmack
(**Lycheefrüchte, Mangofrüchte in Scheiben** oder **Papaya-Stücke**)
2-3 EL **LIEN YING Liechi-Djo** (Lycheewein)
1 TL Speisestärke

Für den Teig:

2 Eier
100 g Zucker
1 Dose **LIEN YING Creola de Coco** (Kokosmilch)
1 EL Zitronensaft
200 g Mehl

Für das Waffeleisen:

LIEN YING Erdnussöl

200 ml Sahne

Zubereitung:

Die Früchte abgießen (Saft auffangen), mit Liechi-Djo beträufeln und gut durchziehen lassen.

Für den Teig Eier und Zucker mit dem Rührbesen eines Mixers schaumig schlagen. Creola de Coco (Dose vorher gut schütteln) und Zitronensaft unterrühren. Mehl zufügen und zu einem glatten Teig rühren.

Das Waffeleisen erhitzen, mit Erdnussöl auspinseln. Pro Waffel 2 -3 EL Teig in dem Waffeleisen verteilen und goldgelb ausbacken. Die Waffeln auf einem Kuchengitter etwas abkühlen lassen. Inzwischen den aufgefangenen Saft aufkochen, mit angerührter Speisestärke binden, die Früchte hineingeben und kurz erhitzen.

Die Waffeln zusammen mit den Früchten servieren. Dazu schmeckt geschlagene Sahne.

Tipp: Die Sahne bekommt einen besonders exotischen Geschmack, wenn Sie diese mit 1 EL **LIEN YING Instant Kokosmilch-Pulver** aufschlagen.

Guten Appetit!