



Tom Kha Gai



Thai Chicken Curry



Sweet and Sour



Gebratener Fisch mit Chili



Basmati Reis



Mango Dessert

Tom Kha Gai

Rezept für 2 (4) Personen (Suppe an Kokosmilch mit Pouletfleisch)

Zutaten:

Pouletfleisch 200 g	
Kokosmilch 1 Büchse zu 400 g	(800 g)
Reisstroh-Pilze 1 kleine Büchse	(1 grosse Büchse 230g)
Galanga-Wurzeln 1 Stück	(2)
Limonen 1 Stück	(2)
Zitronenblätter 2 Stück	(4)
Thai-Koriander 1 Spitze	(4)
grosse Chilis 1 Stück	
Thai-Bouillon 2 Teelöffel	(4)
Fisch-Sauce 1/2 Esslöffel	(1)

Zubereitung:

Pouletfleisch	in Stücke schneiden
Galanga-Wurzel	in feine Scheiben schneiden
Chili	diagonal in feine Stücke schneiden
Zitronenblätter	zerschneiden
1/2 Becher Wasser	erhitzen (nicht kochen!)
1/2 Becher Kokosmilch	zugeben (vom konzentrierten Teil, der in der Büchse obenauf schwimmt) kurz aufkochen
Galanga-Scheiben und Bouillon	beigeben
Poulet und Fisch-Sauce	zugeben
Den Rest der Kokosmilch und die Pilze	zugeben
kurz aufkochen, dann Zitronenblätter, Chili, Koriander und den Saft der Limone	zugeben
In Suppenschalen anrichten	

Thai Chicken Curry

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Oel oder Bratbutter
500g Pouletbrüstchen
1 kl Dose Kokosmilch
1-3 El grüne Currypaste
Sojasauce
Fischsauce
Sambaloelek
4 mittlere Kartoffeln
1 Gr. Zwiebel
1 Peperoni rot
1-2 kl Äpfel
50 g Erdnüsse gesalzen

Zubereitung:

1 Esslöffel Oel oder Bratbutter	erhitzen
500g Pouletbrüstli grosse Stücke schneiden	anbraten, aus der Pfannen nehmen
2 El Kokosmilch	in Bratpfanne erhitzen
1-3 El grüne Currypaste	zugeben, kurz dünsten
Restliche Kokosmilch, 1 Dose Wasser	
Sojasauce, Fischsauce mischen	dazugeben, würzen
4 mittler Kartoffeln schälen und in grosse Würfel schneiden	
1 grosse Zwiebel in grosse Würfel schneiden	
1 Peperoni, rot	
in grosse Stücke schneiden	in die Sauce geben und 15-20 min offen auf kleiner Stufe köcheln lassen

Thaikitche

1-2 Äpfel schälen,
in grosse Stücke schneiden

Pouletfleisch

alles in die Sauce geben

Wenig Wasser
Salz und Pfeffer

evt. die Sauce verdünnen
evt nachwürzen

Sambal Oelek

evt nachwürzen

50g Erdnüsse

zuletzt zugeben

Sweet and Sour

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

1-2 El Oel oder Bratbutter
500g Schweinefleisch (falsches Filet)oder Pouletfleisch
2 Knoblauchzehen
2 Rüebli
1 Peperoni grün
1 Zwiebel
150 g Champignons
1 Stück Gurke
2 dl Bouillon
4 El Sojasauce
1 TI Zucker
1 kl Dose Tomatenpürée
Pfeffer
Austernsauce
Wenig Sesamoel
Maizena
2 Tomaten
1 kl Dose Ananas

Zubereitung:

Fleisch in Scheiben oder Würfel schneiden	bei grosser Hitze anbraten
Den Knoblauch pressen	zugeben und Rührbraten
Rüebli in Scheiben schneiden Peperoni und Zwiebeln, Pilze Gurke in grosse Stücke schneiden	zugeben und auch Rührbraten
Bouillon, Sojasauce, Zucker, Tomatenpürée, Austernsauce, Pfeffer	mischen und zugeben
Sesamoel nach belieben	beigeben
1 TI Maizena anrühren	beigeben um Sauce zu binden
Tomaten und Ananas in Stücke schneiden	beigebne

Thaikitchen

Gebratener Fisch mit Chili

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

500g Fischfilet
Kräutersalz, Pfeffer
1 Grosse Peperoni
2-5 kl Chillischoten
1 Knoblauchzehe
1-2 kl Zwiebeln
200g Babymais
Peterli
1 Ei Oel
Fischsauce
Wenig Zucker

Zubereitung:

Fisch trocken tupft ev. Entgräten in grosse Stücke schneiden,	mit Salz und Pfeffer würzen
Peperoni in grosse Stücke schneiden Chillischote entkernen Knoblauch pressen Zwiebeln raffeln	Alles mischen
Fischstücke vorsichtig braten	Warmstellen
Das Chilligemisch	bei mittlerer Hitze anbraten
Fischsauce	reichlich darübergiessen, etwas Zucker beigeben
Babymais, rüsten längs halbieren	zugeben und gut mischen, zugedeckt ziehen lassen
Peterli	darunterziehen
Alles über den Fisch verteilen	

Thaikitche

Basmati Reis

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

200g Basmati Reis
Wenig Salz

Zubereitung:

200g Reis in einem Sieb waschen, bis nur noch klares Wasser abfließt

In einer verschliessbaren Pfanne mit 6dl Wasser aufkochen lassen

Schwach salzen und nun zugedeckt 10-12 Min nur noch quellen lassen, nicht kochen.

Vom Herd nehmen und den Reis mit einer Gabel auflockern.

Thaikitchen

Mango Dessert

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Pro Person 1 Kugel Mangoglace oder Kokosnussglace
3-4 Mangos
1 Limette
Wenig Zucker
Kokosraspeln

Zubereitung:

1 Mango schälen, klein schneiden	pürieren
1 TL Limettensaft	beigeben
	mit Wasser die Sauce verdünnen
2-3 Mangos schälen	zu Schnitzen oder Würfel schneiden
1 Kugel Glace auf eine Teller geben	
Daneben eine Saucenspiegel anrichten	
Die Schnitze oder Würfel auf dem Spiegel anrichten	
Mit Kokosraspeln bestreuen	
