

# Papayasalat

## Zutaten:

Junge Papaya  
Karotten  
Knoblauch  
Ingwer  
Limettensaft  
Erdnüsse  
Sojasoße  
Fischsoße  
Palmzucker  
Thai-Chili  
Tomaten



# Frühlingsrollen

## Zutaten:

500 g	Glasnudeln
350 g	Hackfleisch
4 St.	Lauch
1 Bund	Karotten
8 EL	Sojasoße
5 EL	Austernsoße
80	Teigplatten
	Brühe



## Zubereitung:

- Glasnudel in lauwarmem Wasser einweichen, abtropfen lassen, in 5 cm Stücke schneiden.
- Karotten und Lauch in ca. 2-3 mm dicke Streifen schneiden
- Fleisch anbraten, Gemüse dazu geben, alles kurz zusammen garen, mit den Soßen und Brühe abschmecken. Auskühlen lassen!!!
- In Teigplatten einrollen, Ränder mit „Mehlkleber“ einstreichen und goldbraun fritieren.

# Gebratenes Rindfleisch mit Spiegelei

## Zutaten:

- 500 g Rindfleisch
- 2 Zeh. Knoblauch
- 3 Thaichili
- 1 Hand Thaibasilikum
- Eier
- 1 TL Suppenbrühe
- 1 TL süße Sojasoße
- 2 EL helle Sojasoße
- 2 EL Austernsoße



# Hähnchenspieße

## Zutaten:

- Hähnchenfleisch
- Knoblauch
- Ingwer
- Zitronengras
- Kaffirlimettenblätter
- Honig
- Kokosmilch
- Öl
- helle Sojasoße
- Meersalz
- Galant Weizen???



# Geng Pet Pla

## Zutaten:

1 kg Fisch und Scampies  
5 St. Kohlrabi  
500 ml Kokosmilch  
5 EL Sojasoße  
2 EL Fischsoße  
1 Bund Thaibasilikum  
1-2 EL Currypaste

## Zubereitung:

- Fisch in Würfel schneiden
- Kohlrabi ebenfalls würfeln
- Öl mit Currypaste anbraten, anschließend die Kokosmilch dazu geben
- ca. 300 ml Wasser und Kohlrabi dazu
- alles zusammen bei mittlerer Hitze bissfest kochen
- mit den Soßen abschmecken
- den Fisch dazu geben, Herd ausschalten  
zum Schluss Basilikum dazu
- mit Reis servieren

# Pat Mi

## Zutaten:

1 kg	Nudel (Spezielle)
3 St.	Lauch
700 g	Karotten
1	Weißkohl
1	Hähnchenbrust
8 EL	Sojasoße
8 EL	Austernsoße

## Zubereitung:

- Nudel in lauwarmem Wasser einweichen, ca. 20 min
- Fleisch, Karotten, Lauch und Kohl klein schneiden
- Fleisch anbraten
- Karotten dazu, anschließend das restliche Gemüse
- abschmecken

# Tim Sam

## Zutaten:

1 kg	Wang Tang Teig
1 kg	Hackfleisch
500 g	Garnelenfleisch
1 Dose	Wasserkastanien
1 Dose	Bambus
7 St.	Korianderwurzel
20	ganze, schwarze Pfefferkörner
3	Eier
150 g	Mehl
5 EL	Sojasoße
5 EL	Austernsoße
	brauner Zucker, süße Sojasoße, Essig, Knoblauch

## Zubereitung:

- Garnelen, Bambus und Wasserkastanien ganz klein schneiden
- Korianderwurzel und Pfeffer mörsern, alles mischen
- Teigplatten füllen und die 4 Spitzen zusammendrücken, 30 min Dampfgaren

Fortsetzung: nächstes Blatt

# Fortsetzung Tim Sam

## Zubereitung Soße:

- Brauner Zucker mit süßer Sojasoße erwärmen und auskristallisieren lassen
- mit Wasser und Essig abschmecken



# Lap Muh

## Zutaten:

1 kg	Schweinesteak
7 St.	Schalotten
5 EL	Zitronensaft
1 TL	Chillipulver
5 EL	Kokua ?
2 EL	Fischsoße
1 Bd.	Pfefferminzblätter

## Zubereitung:

- Fleisch anbraten, nicht durch braten
- anschließend das Fleisch in dünne Scheiben schneiden
- die Schalotten klein schneiden
- alles mischen, mit Reis servieren

# Süßer Klebreis

## Zutaten:

500 g Klebreis  
500 ml Kokosmilch  
350 g Zucker  
1 Prise Salz  
2 reife Thai-Mango

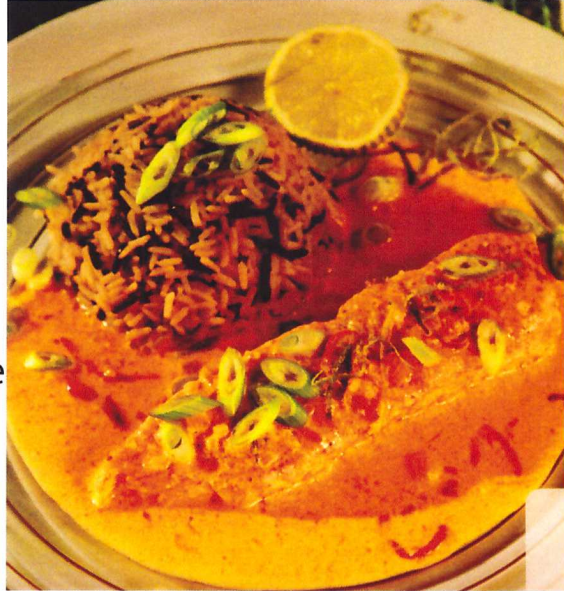
## Zubereitung:

- den Klebreis ca. 4 Stunden einweichen
- anschließend dampfgaren
- Kokosmilch aufkochen, anschließen mit dem Reis, Zucker und Salz verrühren
- die Mangos in dünne Streifen schneiden, dazu reichen

# Lachs in Limettensoße

## Zutaten:

- 600 g Lachsfilet,  
frisch oder  
aufgetaut  
Salz, Pfeffer
- 1 Zwiebel
- 1 rote Chilischote
- 1 EL Currypulver
- 1 Limette  
(Saft u. Schale)
- 100 ml fettreduzierte  
Kochsahne
- 200 ml Kokosmilch
- 1 EL rote Currypaste
- 3 Frühlingszwiebel
- 2 Pack. Express Wildreismischung à 250 g



## Zubereitung:

Die Zwiebel schälen und fein hacken, die Chilischote entkernen und in feine Streifen schneiden, die Limette heiß abwaschen, die Schale abreiben und die Frucht entsaften.

# Fortsetzung Lachs in Limettensauce

## Zubereitung:

Das Öl erhitzen, die Zwiebel und die Chilistreifen darin anschwitzen, Curry und Limettenschale zugeben und mit Limettensaft, Sahne und Kokosmilch aufgießen. Die Currypaste unterrühren und aufkochen.

Den aufgetauten Lachs waschen trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in die Sauce geben. Bei milder Hitze darin etwa 8-10 Minuten ziehen oder leicht köcheln lassen.

Den Reis nach Packungsangabe zubereiten.  
Die Frühlingszwiebeln in Röllchen schneiden.

Vor dem Servieren die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken, den Fisch mit Reis und Sauce anrichten und mit den Frühlingszwiebeln betreuen.

# Pasta mit Rucola & scharfen Garnelen

## Zutaten:

- 250 g Vollkornspaghetti
- 2 Bd. Rucola
- 2 Knoblauchz.
- 300 ml Gemüsebrühe
- 1 TL scharfe Chilisoße (Sambal Olek)
- 300 g Garnelen
- 2 EL Olivenöl
- 300 g Cocktailtomaten
- 1 TL Zitronensaft, Zitronenpfeffer oder Zitronengras, frisch oder gemahlen
- Salz, Basilikum
- 3 EL Pinienkerne



# Fortsetzung Pasta mit Rucola

## Zubereitung:

Die Nudel in Salzwasser bissfest garen und abgießen. Den Rucola putzen und grob hacken, die langen Stiele dabei abzupfen. Die Tomaten waschen, die Stiele entfernen, halbieren.

Die Brühe erhitzen, die ganzen, ungeschälten Knoblauchzehen und die Chilisoße zur Brühe geben und 15 Minuten einkochen lassen. Die Garnelen in die Brühe legen und etwa 3 Minuten ziehen lassen, bis sie eine schöne rote Farbe haben.

Die Nudel abtropfen lassen und mit Rucola, Olivenöl, den Tomaten, Garnelen und Zitronensaft vorsichtig vermengen. Nach Belieben kann noch etwas scharfe Brühe zugegeben werden. Mit Zitronenpfeffer oder dem kleingeschnittenen Zitronengras abschmecken.

Die Pinienkerne in einer kleine Pfanne ohne Öl anrösten und untermischen, mit Basilikum garniert servieren.