






# InterKulTreff: chinesischer Kochkurs



Bild: de.wikipedia.org/wiki/Volksrepublik\_China

Hähnchenflügel mit Cola- Sauce	Bodenfrisch: Aubergine+Kartoffel+Paprika	Spicy Tofu (scharf)
<p><b>Zutaten:</b>                      400g – Hähnchenflügel                      250ml – Coca Cola                      Öl, Salz                      2 Stück – Knoblauch (optional)                      Ingwer (optional)                      Chilischote (optional)  <b>Arbeitszeit:</b> ca. 40min</p>  <p><b>Zubereitung:</b>                      1. Hähnchenflügel in kochendem Wasser 3 min kochen                      2. Knoblauch und Ingwer in heißem Öl frittieren                      3. Hähnchenflügel in heißem Öl einweichen                      4. nach 5 min Salz und Cola dazu geben und ca. 20 min. warten</p>	<p><b>Zutaten:</b>                      1 Stück – Aubergine                      4 Stück – Kartoffel                      1 Stück – Grüne Paprika                      Öl, Salz, Sojasoße, Zucker  <b>Arbeitszeit:</b> ca. 40min</p> <p><b>Zubereitung:</b>                      1. Aubergine, Kartoffel und Paprika in Würfel schneiden                      2. Aubergine in heißem Öl anbraten und ca. 10-15 min kochen bis diese weich werden (Salz, Sojasoße)                      3. Kartoffel in heißem Öl anbraten und ca. 7 min kochen(Salz)                      4. Paprika in heißem Öl anbraten und ca. 7 min kochen (Salz und ein bisschen Zucker dazugeben)</p>	<p><b>Zutaten:</b>                      1 Stück – Tofu                      50g – Hackenfleisch(optional)                      1 Packung – Spicy Tofu Sauce, Öl  <b>Arbeitszeit:</b> ca. 20min</p>  <p><b>Zubereitung:</b>                      1. Tofu in Würfel schneiden                      2. Tofu in heißem Öl anbraten                      3. Nach 5 min Spicy Tofu Sauce hinzufügen und 5 bis 10 min kochen</p>
Kochende Eier mit Tomaten	Trocken kochende Bohnen (scharf)	Geschmort Champignons
<p><b>Zutaten:</b>                      2 Stück – Eier                      2 Stück – Tomaten                      Öl, Salz, Zucker oder Essig  <b>Arbeitszeit:</b> ca. 15min</p>  <p><b>Zubereitung:</b>                      1. Eier mit Salz unterrühren, Tomaten schneiden                      2. Eier in heißem Öl 2 bis 3 min anbraten                      3. Tomaten in heißem Öl 5 min anbraten bis die weich werden (Salz)                      4. Gekochte Eier in Tomaten lassen dazu Zucker oder Essig füllen</p>	<p><b>Zutaten:</b>                      500g – Bohnen                      1 Stück Schweinesteak / Rindhackenfleisch                      Öl, Salz, Sojasauce                      Chilischoten(optional)  <b>Arbeitszeit:</b> ca. 30min</p>  <p><b>Zubereitung:</b>                      1. Bohnen in kochendem Wasser 3 min kochen und dann rausnehmen                      2. Chilischoten in heißes Öl frittieren, Fleisch dazu anbraten                      3. Bohnen in heißem Öl mit Salz und Sojasauce ca. 15 min anbraten</p>	<p><b>Zutaten:</b>                      500g – weiße Champignons                      Stir-Fry Sauce                      Öl, ohne Salz (!)  <b>Arbeitszeit:</b> ca. 15min</p> <p><b>Zubereitung:</b>                      1. Weiße Champignons in Stücke schneiden                      2. Champignons in heißem Öl und Stir-Fry Sauce ca. 5 min anbraten bis diese weich werden</p>

<b>Sauer Chinakohl (scharf)</b>	<b>Kung Pao Hähnchen (scharf)</b>	<b>Peking-Suppe</b>		
<p><b>Zutaten:</b>            ½ Chinakohl            Öl, Salz, Essig, Zucker            Chilischoten(optional)  <b>Arbeitszeit: ca. 15min</b></p> <p><b>Zubereitung:</b>  <b>1.</b> Gewaschener Chinakohl schneiden  <b>2.</b> Chilischoten in heißem Öl frittieren  <b>3.</b> Chinakohl mit Salz bestreuen  <b>4.</b> Kurz vor dem Essen (ca. 2 min) Essig und ein bisschen Zucker hinzufügen</p>	<p><b>Zutaten:</b>            500g – Hähnchenbrust            100g – Erdnüsse            ½ Gurke            ½ Schnittlauch            Öl, Salz, Zucker            Sojasauce, Douban Sauce,            Speisestärke, Chilischote            Wein, Knoblauch, Pfeffer, Essig  <b>Arbeitszeit: ca. 40min</b></p>  <p><b>Zubereitung:</b>  <b>1.</b> Erdnüsse in heißem Öl frittieren  <b>2.</b> Alles in Würfel schneiden  <b>3.</b> Sauce: Douban Sauce, Sojasauce, Salz, Essig, Wein, Speisestärke, Wasser  <b>4.</b> Speisestärke zu den Hähnchenstücken hinzufügen  <b>5.</b> Chilischoten, Pfeffer und Knoblauch in heißem Öl frittieren  <b>6.</b> Hähnchen, Schnittlauch und Sauce zusammen beraten, Erdnüsse dazugeben</p>	<p><b>Zutaten:</b>            ½ Tofu            4 Stück – Pilze            1 Stück – Ei            20g – Bambusschoß            4 Stück – Judasohr            Essig, Speisestärke, Salz, Pfeffer            Sesamöl, Sojasauce            Schinken(optional)  <b>Arbeitszeit: ca. 40min</b></p> <p><b>Zubereitung:</b>  <b>1.</b> Sauce: Pfeffer und Essig  <b>2.</b> Alles in Streifen schneiden  <b>3.</b> Ei unterrühren  <b>4.</b> Wasser aufkochen  <b>5.</b> Tofu, Pilze, Judasohr und Schinken in heißes Wasser dazugeben  <b>6.</b> Sobald Wasser kocht: Ei, Sauce und ein bisschen Speisestärke und Sojasauce hinzufügen  <b>7.</b> Vor dem Essen etwas Sesamöl hinzufügen</p>		
<b>Typische chinesische Gewürze zu empfehlen (kann man in jedem chinesischen Laden kaufen):</b>				
Sojasauce	Stir-fry Sauce	Essig	Wein	Douchi Sauce

**Guten Appetit! (饭前)祝胃口好! (fàn qián) zhù wèikǒu hǎo!**

\*\*\* Fotos von Sabrina Dietz (Studentin des Fachbereichs Design)