

Chinesisch kochen: Wissenswertes

Würzgemüse: Bei uns braucht man vor allem Zwiebeln und Knoblauch. Die Chinesen brauchen Frühlingszwiebeln, Knoblauch, Ingwer und in geringem Masse Chili.

Frühlingszwiebeln: Am besten sind die Frühlingszwiebeln aus Thailand, die man in jedem Asia-Laden erhält. Die Wurzelenden werden abgeschnitten. Der weisse Zwiebelteil wird vom grünen Lauchteil getrennt. Als Ersatz tun es manchmal auch unsere Bundzwiebeln.

Kräuter: Die chinesische Küche benötigt vor allem Schnittlauch, Peterli und Koriander.

Bambussprossen: Nicht gerade mein Lieblingsgemüse. Man erhält sie im Asia-Laden als Konserve, manchmal auch frisch. Fein gehackt verleihen sie Teigtaschen-Füllungen eine knackige Note.

Teig: Für Frühlingsrollen und Wontan-Raviolis könnte man natürlich den Teig selber herstellen. Viel zeitsparender - und nicht mal teurer! - ist der Kauf von Teigblättern im Asia-Laden. Für Teigtaschen kann man selber einen einfachen Teig aus Mehl und Wasser herstellen.

Wok: Diese Pfanne ist ideal, da sie sehr stark erhitzt werden kann. Sie ist aber nicht unbedingt nötig, denn zur Not tut's auch eine gusseiserne Bratpfanne, manchmal sogar eine ganz gewöhnliche beschichtete Bratpfanne (die man allerdings nicht überhitzen sollte).

Was beim Kochen bereit stehen sollte:

Helle Sojasauce*	Erdnussöl	Schwarzer und weisser Pfeffer
Dunkle Sojasauce*	Sonnenblumenöl	Szechuan-Pfeffer*
Hoisin-Sauce*	Sesamöl*	Fünf-Gewürz-Pulver*
Austernsauce*	Apfelessig	Senf oder Senfpulver
Chilisauce(*)	Reiswein-Essig*	Maizena
Ketchup	Sherry oder Reiswein	Kartoffelstärke

* Ist im Asia-Laden erhältlich.