Gyoza-Japanische Teigtaschen

Die Gyoza-Japanischen Teigtaschen sind eine leichte vegane Kost. In diesem Rezept werden sie mit Gemüse gefüllt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 45 min

Koch/Backzeit: 15 min

Ruhezeit: 10 min

Gesamtzeit: 1,2 h



Zutaten

40 Stk.	Gyoza-Blätter (aus dem Asia Shop)
0.25 Köpfe	Rotkraut
0.25 Köpfe	Weißkraut
0.5 TL	Salz
3 Stk.	Karotten
3 Stk.	Frühlingszwiebeln
2 Stk.	Knoblauch
1 EL	Sesamöl (für die Pfanne)
150 ml	Wasser

Zubereitung

1. Das Rotkraut und Weißkraut sehr klein und fein zerschneiden. In eine Schüssel geben und salzen. Etwa 10 Minuten ziehen lassen und danach mit den Händen das Wasser ausdrücken.

2. Die Karotten klein raspeln, die Frühlingszwiebel und Knoblauch fein zerhacken. Zum Kraut

geben und gut vermengen.

3. Den Rand von einem Gyoza Blatt mit Wasser befeuchten. Das Blatt in die Hand nehmen, mit einem Teelöffel Fülle belegen. Mit Daumen und Zeigefinger zu Teigtaschen falten und fest andrücken.

4. Das Sesamöl in einer Pfanne erhitzen, und die Teigblätter bei mittlerer Hitze beidseitig goldbraun braten. Mit Wasser aufgießen und mit geschlossenen Deckel zirka 4 Minuten ohne wenden dämpfen.

5. Die **Gyoza-Japanische Teigtaschen** auf Teller servieren und Sojasauce dazu reichen.

Tipp

Zu den japanischen Teigtaschen einen Chinakohl Salat oder Sojasprossen Salat servieren.