

TANGSUYUK, ZWEIMAL FRITTIERTES KNUSPRIGES SCHWEIN

Alle hier aufgeführten Zutaten sind als Hauptspeise für 4 Personen gedacht

für das Fleisch

- 300-500 g mageres Schweinefleisch, z.B. Schweinsfilet
- 3-4 EL Maisstärke, mein Tipp: Maizena oder Kartoffelstärke
- Salz, Pfeffer
- 1,5 Liter Öl zum Frittieren, z.B. Sonnenblumenöl (muss ausgelegt sein für eine Temperatur von max. 200 Grad)

für den Teig

- 100g Reismehl (Weissmehl geht auch)
- 2 EL Mais- oder Kartoffelstärke
- 2 TL Zucker
- ½ TL Salz
- 120-150 ml sehr kaltes Wasser

für die Sauce

- 2 EL Rohrzucker
- 250 ml Apfelsaft (ohne Fruchtfleisch) fixfertiger Fruchtsaft, natürlich kann man ihn auch selber machen
- 100 ml kaltes Wasser
- 2-3 EL Weinessig (2 EL Apfelweinessig geht auch)
- 3-5 Knoblauchzehen, fein zerrieben/gehackt, je nach eigenem Geschmack
- Getrocknete Thai-Chili Flocken
- eine Prise Salz
- 2-3 TL Mais- oder Kartoffelstärke zum Binden

für den Reis

- 3 Kaffeetassen Thai-Duftreis, Jasmin Reis etc.
- 3 Kaffeetassen Wasser

Optionale Zutaten

- Paprika, Gurke, Karotten, Ananas, Pilze etc.

Zubereitung Sauce

Optionale Zutaten in dünne Scheiben/Streifen schneiden.

Apfelsaft, Weinessig, Chilliflocken und Salz in einen Messbecher geben und untereinander vermischen.

Den Zucker in einem grossen Kochtopf flach ausstreuen und unter mittlerer Hitze karamellisieren lassen.



Ist der Zucker karamellisiert und flüssig, Topf vom Herd nehmen und den fein gehackten Knoblauch hinzugeben, kurz anbraten lassen und sofort mit dem Wasser ablöschen. Topf danach wieder zurück auf die warme Herdplatte stellen.



Das Gemisch von Apfelsaft, Weinessig, Chilliflocken und Salz hinzugeben und alles miteinander verrühren.

Maisstärke in ein bisschen Wasser auflösen und zur Sauce hinzugeben, zusammen verrühren bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Die Sauce sollte zäh-dickflüssig sein.



Hat die Sauce die gewünschte Konsistenz erreicht, die optionalen Zutaten hinzugeben und weiter köcheln lassen, auf kleiner Hitze.



Die Sauce kann dann separat zum Gericht serviert werden oder direkt über das knusprig frittierte Fleisch gegossen werden.

Merke: Je mehr Sauce über dem Fleisch desto «pampiger» kann das Fleisch werden.

Vorbereitung Fleisch

Fleisch in mundgerechte Tranchen schneiden.



Mit Salz und Pfeffer würzen und dann in Maisstärke mehlieren.



Zubereitung Teig

In einer separaten kleinen Schüssel, Maisstärke, Zucker, Salz und Wasser zusammen verrühren.

In eine großen Schüssel Mehl hinzufügen. Die zuvor gemischten Zutaten (Maisstärke, Zucker, Salz und Wasser) hinzugeben und mit einem Schwingbesen verrühren bis man einen relativ flüssigen Teig bekommt

Mehr Wasser hinzufügen bei zu dickem Teig

Mehr Mehl hinzufügen bei zu flüssigem Teig.

Zubereitung Reis

Reis in einem zb. Reiskocher kochen und warmhalten.

Finish

Einen grossen Kochtopf verwenden um das Öl bei höchster Stufe, zum frittieren bringen.

Wichtig: Das Öl braucht für den ersten frittier Durchgang eine Temperatur von mind. 160 Grad. Eher mehr als weniger.

Während das Öl heiss wird, die mehlierten Fleischstückchen in den Teig geben und langsam mit der Hand untereinander vermischen. Das Fleisch sollte gut sichtbar rosa durchschimmern und nur leicht mit dem Teig überzogen sein.



Hat das Öl die gewünschte Temperatur erreicht, portionsweise (je nach Grösse des Topfes, 5-8 Stückchen Fleisch) in das Öl geben und frittieren.



Ca. 20-40 Sec. frittieren dann die Fleischstückchen vorsichtig im Öl wenden so gut es geht. Weitere 20-40 Sekunden frittieren. Mit einer Siebkelle (Schaumlöffel) die frittierten Fleischstücke aus dem Öl nehmen und auf einem Haushaltspapier oder Krepppapier abtropfen lassen. Der Teig bekommt eine helle Farbe mit Kräusel falten.



Beim zweiten Frittier-Gang die Temperatur des Öles auf gute 180 Grad kommen lassen.



Die Fleischstückchen jetzt wieder Portionsweise ins heisse Öl geben und wieder 40-60 Sec. frittieren bis sie eine goldbraune Färbung angenommen haben.



Das knusprig doppelt frittierte Fleisch mit der Sauce und Reis Servieren. Fertig.



BUON APPETITO