



Pock-Ma-Bohenquark

Pock ma dòufu

Dieses weltweit bekannte Szetschuan-Gericht war die Erfindung der Frau des Küchenchefs Chen Shan-fu, der in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts in der Provinzhauptstadt Ischengtu arbeitete. Wie die Pockennarben auf ihrem Gesicht ihr den Spitznamen »Pock-Ma« oder Pockenweib einbrachten, haben sie ihren Namen mit dem nach ihr benannten Gericht zugleich unsterblich gemacht.

Herkunft: China

Kategorie: Hauptspeisen, Gemüsegerichte

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 30 Minuten

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

100 g Schweinefleisch
20 g Eingelegtes Gemüse (Sichuan-Gemüse)
4 Tofu
1 TL Kartoffelmehl
1 EL Wasser
4 EL Erdnussöl
5 Zehen(n) Knoblauch
1 EL Chili-Bohnen-Paste
1 TL Sojasauce hell
1 TL Zucker
200 ml Gemüsebrühe
1 TL Chiliöl
1 TL Sesamöl
½ TL Sichuanpfeffer
2 Frühlingszwiebel(n)

Für die Marinade

1 Prise Salz
1 Prise Zucker
1 TL Sojasauce hell
1 TL Sojasauce dunkel
1 ½ TL Reiswein
1 TL Sesamöl



Pock-Ma-Bohenquark

Vorbereitung

Den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Sichuanpfeffer in einer Pfanne ohne Öl rösten, bis sich das Aroma entfaltet, anschließend im Mörser zerstoßen. Die Frühlingszwiebeln putzen und die weißen Enden in feine Ringe schneiden. Die grünen Lauchenden können ggf. kleingehackt eingefroren werden. Das Schweinefleisch fein hacken. Alle Zutaten für die Marinade vermischen und in das Fleisch einarbeiten. Die Marinade 15 bis 30 Minuten ziehen lassen. Das

Sichuan-Gemüse in feine Würfel (Streichholzköpfe) schneiden, den Tofu nach dem Schneiden in Würfel von 1 cm Länge in ein Sieb zum Abtropfen legen. Das Kartoffelmehl zum Binden mit dem Wasser anrühren.

Zubereitung

Eine heiße Pfanne zweimal mit Öl ausschwenken. Das Öl zum Anbraten hineingeben und den Knoblauch darin anbräunen. Das Schweinefleisch hinzugeben und pfannenrühren, bis es halb gar ist. Nun das Sichuan-Gemüse, die Bohnenpaste, Sojasauce und Zucker untermischen. Weiter pfannenrühren, bis die Sauce ganz vom Fleisch aufgesogen wurde. Jetzt die Brühe hinzugeben und alles bei kleiner Hitze zum Kochen bringen. Den Tofu unterheben und vorsichtig rühren, damit er nicht zerbricht. Alles 2 Minuten weiterkochen lassen und dann mit dem angerührten Kartoffelmehl binden. Auf einer vorgewärmten Platte servieren, Chiliöl- und Sesamöl darüberträufeln und den Sichuanpfeffer über das Gericht streuen. Mit den Zwiebelringen garnieren. Sichuan-Gemüse ist in einer sehr salzhaltigen Lake scharf eingelegt und sollte vor der Zubereitung 30 Minuten in Wasser gelegt werden, damit die Mahlzeit nicht versalzen wird.