

INHALT

Die Vorzüge der thailändischen Küche 1

Vorspeisen 3

<i>Thailändische Frühlingsrollen</i>	4
<i>Muscheln in grünem Curry</i>	6
<i>Kalte Sommerrollen</i>	7
<i>Sesamtoast mit Crevetten</i>	9
<i>Gegrillte Aubergine mit Satay-Soße</i>	10
<i>Garnelen in Knoblauch-Fisch-Soße</i>	11
<i>Fleischbällchen in Satay-Soße</i>	12
<i>Scharfe Garnelen</i>	14
<i>Gemüsebeutel</i>	16
<i>Garnelendip mit thailändischer Aubergine</i>	18
<i>Garnelenspieße mit Pesto</i>	20
<i>Reisbällchen mit Sesam</i>	21

Salate 23

<i>Reisnudelsalat mit Hähnchenfilet</i>	24
<i>Salat mit Beefsteak</i>	26
<i>Hähnchenfilet mit Glasnudelsalat</i>	28
<i>Rotkohlsalat mit Hackfleisch</i>	30
<i>Papaya-Salat mit Fisch</i>	32
<i>Hähnchenschenkel auf Zuckerschotensalat</i>	33
<i>Hackfleischsalat mit Ananas</i>	35
<i>Gurkensalat</i>	37
<i>Gemüsesalat mit Chili-Ingwer-Dressing</i>	39
<i>Rinderfiletsalat mit Limetten-Dressing</i>	40
<i>Papaya-Salat mit getrockneten Garnelen</i>	42
<i>Gurkensalat mit Erdnüssen</i>	43

<i>Meeresfrüchtesalat</i>	44
<i>Pomelosalat</i>	46
<i>Fischsalat mit Kräutern</i>	48
<i>Scharfer Fleischsalat</i>	50
<i>Krebsfleischsalat</i>	52

Suppen

54

<i>Fleischbällchen in Curry-Suppe</i>	55
<i>Kokossuppe mit Mais</i>	57
<i>Nudelsuppe</i>	58
<i>Mango-Hähnchen-Suppe</i>	60
<i>Scharfe Hühnersuppe</i>	62
<i>Hühnersuppe mit Sprossen</i>	64
<i>Currysuppe mit Hähnchenbrust</i>	66
<i>Feurige Garnelen-Suppe</i>	68
<i>Kokossuppe mit Bambussprossen</i>	70
<i>Nudelsuppe mit Hackbällchen</i>	72
<i>Hühnerbrühe mit Reis</i>	74
<i>Kokossuppe mit Tofu</i>	76
<i>Fischsuppe mit Tomaten</i>	77
<i>Kürbissuppe mit Garnelen</i>	78
<i>Gestocktes Ei in Hühnerbrühe</i>	79
<i>Chili-Garnelen-Suppe</i>	80
<i>Kartoffelsuppe mit Pinienkernen</i>	82
<i>Nudelsuppe mit Hähnchenschenkeln</i>	84
<i>Bananen-Chili-Suppe</i>	86

Currypasten

87

<i>Grüne Currypaste</i>	88
<i>Gelbe Currypaste</i>	90
<i>Rote Currypaste</i>	91
<i>Massaman Currypaste</i>	93
<i>Panang Currypaste</i>	94

Soßen

97

Scharfe Honig-Knoblauch-Soße 98

Chili-Aprikosen-Dip 99

Thailändische Fischsoße 100

Zwiebel-Soße mit Knoblauch 101

Sambal Bangkok 102

Erdnusssoße 104

Ingwer-Knoblauch-Soße 105

Sojasoße 106

Austernsoße 107

Sambal Oelek 108

Gemüsepfannen

109

Geräucherter Tofu in Thai-Curry 110

Gemüsecurry mit Lotuswurzel 112

Gelbes Gemüse-Curry 114

Massaman-Curry mit Kartoffeln 115

Gemüse-Curry mit Brokkoli 117

Nudelgerichte

119

Garnelen Pad Thai 120

Gebratene Reismudeln mit Kohl 122

Low Carb Pad Thai mit Hähnchenfilet 123

Gelbes Curry mit Nudeln 125

Vegetarisches Pad Thai 126

Fruchtige Nudelpfanne mit Garnelen 128

Gebratene Nudeln in rotem Curry 130

Reismudeln mit Schweinefleisch 131

Eiernudeln mit Gemüse 133

Nudelpfanne mit Räuchertofu 135

Gebratene Nudeln mit frittiertem Hähnchen 137

<i>Bamie Nam Prik</i>	139
<i>Eiernudeln mit mariniertem Tofu</i>	140

Reisgerichte 142

<i>Kaeng Khiao Wan</i>	143
<i>Reispfanne mit Gemüse und Schwein</i>	145
<i>Grünes Curry mit Hähnchenfilet</i>	147
<i>Gelbes Curry mit Bohnen</i>	149
<i>Hackfleisch-Pfanne mit Erdnüssen</i>	151
<i>Gelbes-Blumenkohl-Curry mit Hähnchen</i>	153
<i>Hähnchenfleisch in grünem Curry</i>	155
<i>Gebratener Reis mit Ei</i>	157
<i>Fischiges Curry mit Banane</i>	159
<i>Gai Pad Prik Juag</i>	161
<i>Hühnerbrust in Erdnuss-Kokos-Curry</i>	163
<i>Steak in bunter Gemüsepfanne</i>	165
<i>Lachsfilet in grünem Curry</i>	167
<i>Hühnerbrust in Massaman-Curry</i>	168
<i>Hüftsteak mit Basmatireis</i>	170
<i>Thailändischer Wasserspinat</i>	172
<i>Schwein in pfeffriger Soße</i>	173
<i>Pad Krapao Gai</i>	175
<i>Thai-Curry mit Champignons</i>	177
<i>Schweinefleisch mit Gemüse</i>	179
<i>Gemüsepfanne mit Melanzani</i>	181

Fleischgerichte 183

<i>Gegrillte Hähnchenschenkel</i>	184
<i>Frittierter Schweinebauch</i>	186
<i>Würzige Hähnchenspieße</i>	187
<i>Mariniertes Hähnchenfleisch aus dem Ofen</i>	188
<i>Moo pat kaprau</i>	189
<i>Schweinefilet in Panang-Curry</i>	190

<i>Hähnchenschenkel in Zitronengraspaste</i>	192
<i>Saté-Spieße mit Erdnusssoße</i>	194
<i>Spareribs mit BBQ-Honig-Soße</i>	196
<i>Hähnchenspieße mit Kokos-Chili-Soße</i>	198
<i>Rindfleischpfanne mit buntem Gemüse</i>	200
<i>Marinierte Schweinespieße</i>	202
<i>Hähnchengulasch</i>	204
<i>Hühnerfleisch in Erdnusssoße</i>	206
<i>Hackbällchen in Kokossoße</i>	208
<i>Entenbrust mit fruchtiger Kokossoße</i>	210
<i>Cashewnüsse mit Hühnerbrust</i>	212

Desserts

214

<i>Exotischer Obstsalat</i>	215
<i>Gekochte Banane in Kokosmilch</i>	216
<i>Mangopüree mit Limettensaft</i>	217
<i>Klebreis mit Papaya</i>	218
<i>Pa Thong Go</i>	219
<i>Honigmelone in süßer Kokosmilch</i>	221
<i>Kokosnusseis</i>	222
<i>Cremiges Mangopüree mit Beeren</i>	223
<i>Crème Brûlée mal anders</i>	224
<i>Gebackene Ananas</i>	226
<i>Thailändische Pfannkuchen mit Banane</i>	227
<i>Kokoseis in Mangopüree</i>	229
<i>Klebreis mit Mango</i>	230
<i>Exotische Fruchtspieße aus dem Ofen</i>	232
<i>Kokoseis mit Mangostreifen</i>	234
<i>Tapiokaperlen mit Obst und Kokos</i>	236
<i>Kokosgelee mit Obstsalat</i>	238

Snacks

241

<i>Kleine Shrimp-Häppchen</i>	242
<i>Reisbällchen mit Kokosraspeln</i>	243
<i>Thailändische Fischplätzchen</i>	245
<i>Bonbons auf thailändische Art</i>	246
<i>Khao Thom Mad</i>	247
<i>Gebackene Reiscracker</i>	249

Extra Rezepte

250

<i>Mit Gemüse gefülltes Omelett</i>	251
<i>Burger mit Garnelen-Bulette</i>	253
<i>Soleier</i>	255
<i>Frittierte Fischkuchen</i>	256
<i>Burger mit Thunfisch-Buletten</i>	258
<i>Salat-Wrap mit Bier und Putenbrust</i>	260
<i>Hotdogs Thai-Style</i>	262