

INHALT

DIE WICHTIGSTEN ZUTATEN FÜR DEN VORRATSSCHRANK	12
FALTTECHNIKEN	18

VORSPEISEN

FRITTIERTE TEIGTASCHEN.....	24
SIU MAI MIT SCHWEINEFLEISCH.....	26
GYOZA.....	27
JIAOZI	30
GARNELEN IM BACKTEIG	32
TEMPURA MIT GARNELEN UND GEMÜSE.....	34
NEMS.....	36
CHINESISCHER SALAT MIT HÄHNCHEN	40
RINDFLEISCHSALAT	42
VIETNAMEISCHE SOMMERROLLEN.....	44
PEKINGSUPPE.....	46
TOM KHA KAI	47
MISOSUPPE	48

FLEISCH

GRÜNES HÄHNCHENCURRY	52
LAAB GAI	54
HÄHNCHEN MIT PILZEN UND BAMBUSSPROSSEN.....	56
HÄHNCHEN SÜSSSAUER.....	57
HÄHNCHEN-TERIYAKI	58
YAKITORI	60
HÄHNCHEN-KARAAGE.....	62
HÄHNCHENFLÜGEL MIT GOCHUJANG	64
RINDFLEISCH LOC LAC	66
BÒ BÚN	70
PHỞ-SUPPE.....	72
BÁNH MI MIT RINDFLEISCH.....	76
RINDFLEISCHSPIESSE MIT ZITRONENGGRAS	80
RINDFLEISCH MIT ZWIEBELN.....	82
CHOP SUEY MIT RINDFLEISCH	84
BULGOGI MIT RIND	86
GYUDON	88
KARAMELLISIERTES SCHWEINEFLEISCH	90
GEGRILLTE SCHWEINERIPPCHEN	91
BÁNH BAO.....	92
TONKATSU	96
KATSUDON	98
GUABAO.....	100

FISCH

EBI TEMPURA	106
TEMARI SUSHI.....	108
GARNELEN IN PIKANTER SAUCE	112
GEGRILLTE DORADE SÜSSSAUER	114
ROTES CURRY MIT KABELJAU	116
MAKRELE MIT ROTEM MISO.....	117

VEGETARISCH

BRATNUDELN MIT GEMÜSE	120
CHINESISCHE AUBERGINEN MIT SOJASAUCE	122
PAK CHOI MIT GEBRATENEN SHIITAKE	124
KIMCHI	126
BRATREIS MIT KIMCHI	127
MARINIERTE EIER.....	130
RAMEN-SUPPE	132
TOFU-TERIYAKI.....	136

NUDELN UND REIS

PAD THAI MIT GARNELEN.....	140
BRATNUDELN MIT RINDFLEISCH UND BROKKOLI	144
YAKISOBA MIT HÄHNCHEN	146
BIBIMBAP	148
KANTONESISCHER REIS	152
CHAHAN	153

DESSERTS

GEBACKENE BANANEN.....	156
BANANEN MIT TAPIOKA UND KOKOSMILCH	158
KOKOSPERLEN	159
KLEBREIS MIT MANGO.....	160
DORAYAKI.....	162
GEEISTE MOCHI	164
REGISTER DER REZEPTE NACH LÄNDERN	168
REGISTER DER ZUTATEN	172