

Hier und heute



Lauwarmer Reisnudelsalat mit kleinen Schweinehackbällchen

Saftige Hackbällchen treffen auf aromatische Kräuter, frisches Gemüse und eine leichte Dip-Sauce. Spitzenköchin Julia Komp präsentiert ein leichtes, frühlingshaftes Gericht.

Das Rezept

von Julia Komp für 2–3 Personen

Zutaten für das Fleisch

- 300 g Schweinehackfleisch
- 2 EL Fischesauce
- 1 EL brauner Zucker (am besten Palmzucker)
- ½ Soloknoblauch, gerieben
- 1 Schalotten, fein gehackt
- ½ TL schwarzer Pfeffer
- Salz
- Herz von einem Zitronengras
- evtl. etwas Traubenkernöl zum Anbraten

Zubereitung

Die Schalotte fein schneiden und das Herz vom Zitronengras fein hacken. Mit den restlichen Zutaten verkneten. Das Hackfleisch zu kleinen flachen Patties oder Hackbällchen formen. Das Fleisch mit wenig Öl in einer Grillpfanne anbraten. Das dauert ca. 3–4 Minuten.

Zutaten für die Dip-Sauce

- 3 EL Fischesauce
- 2 EL brauner Zucker oder Palmzucker
- 3 EL warmes Wasser
- 2 EL Limettensaft
- ½ Soloknoblauch, fein gehackt
- 1 rote Thai Chili, fein geschnitten

Zubereitung

Zucker im warmen Wasser auflösen. Fischesauce und Limettensaft dazugeben. Knoblauch und Chili hinzufügen.

Zutaten für das eingelegte Gemüse

- 1 Karotte
- 1 Mango
- 150 ml Reissessig, alternativ milder Balsamico oder Apfelessig
- 5 EL Zucker
- 1 TL Salz

Tipp: Es eignen sich auch Rettich oder Kohlrabi.

Zubereitung

Karotten und Mango schälen und in streichholzdicke Julienne-Streifen schneiden. In eine Schale geben und mit dem Salz und 2 Esslöffeln Zucker gut vermischen. Dabei ca. 2–3 Minuten leicht mit der Hand kneten, damit sich Wasser aus dem Gemüse löst. Sobald die

Hier und heute



Gemüwestreifen weich werden, sodass man sie problemlos biegen kann, ohne dass sie brechen, in ein Sieb geben und mit kaltem Wasser gründlich abspülen.

Den restlichen Zucker in Reissessig und 200 ml warmem Wasser auflösen. Zusammen mit dem Gemüse in ein Einmachglas geben und vor der Verwendung mindestens eine Stunde ziehen lassen.

Zutaten für die Reismudeln

- ca. 200–250 g Reismudeln

Zubereitung

Reismudeln in reichlich kochendem Wasser für etwa 3–5 Minuten garen, bis sie weich, aber noch bissfest sind. Anschließend die Nudeln mit kaltem Wasser abspülen, um das Zusammenkleben zu verhindern. Da es unterschiedliche Reismudeln gibt, immer die Packungsanweisung befolgen.

Zutaten für das Anrichten

- ca. 2 Salatblätter pro Person, z. B. Romana oder Eichblatt
- 1 x Zweig Minze
- 1 x Zweig Koriander
- 1 x Zweig Thai-Basilikum

Zubereitung

Salatblätter auf Teller geben. Die Reismudeln darauf drapieren und etwas eingelegtes Gemüse dazugeben. Dann die Hackbällchen dazugeben.