

一. 전 부 침

二. 오징어볶음, 잡채, 숙주나물.

三. 닭볶음, 돼지고기튀김.

四. 불고기, 야채밥.

五. 과일 및 초콜렛크림.

GEBURTSTAGSSESSEN

OKTOBER 1984

Gemüse, Fisch und Crevetten
im Teig

Tintenfisch an scharfer Sauce
mit Bambussprossensalat
und Glasnudeln

Pouletfleisch mit Gemüse garnitur
und gebratenem Schweinefleisch

Koreanisches Nationalgericht
mit Reis

Lychees mit Schokoladensauce



1. Gemüse, Fisch und Crevetten im Teig

| | |
|--------------------------------------|---|
| 12 Crevetten | putzen, Schwänze nicht abtrennen |
| 400 gr. Heilbutfillet | in Stäbchen schneiden |
| 2 Zucchetti | putzten, in feine Scheiben schneiden |
| 4 Eier | verrühren |
| 1 Prise Salz und Pfeffer | |
| 5 El Mehl | zuerst Zucchetti, dann Fisch und zuletzt Crevetten im Mehl wenden, anschliessend im Ei tunken |
| je 1 El Erdnussöl | in separaten Bratpfannen für Gemüse, Fisch und Crevetten erhitzen. In Strohkorb oder auf Kuchengitter zum abtropfen kurz auslegen |
| | Auf grosser Platte anrichten, zuerst eine Runde Gemüse, dann Fisch, Gemüse etc., in der Mitte die Crevetten aufstellen. |
| $\frac{1}{2}$ Pepperoni rot und grün | in feine Würfel schneiden |
| 4 El Sojasauce | Sauce ansetzen, Pepperoni beifügen und ev. mit etwas Essig abschmecken |
| $\frac{1}{2}$ dl Bouillon | |
| 1 Prise Salz | |

2. Tintenfisch an scharfer Sauce

- | | |
|------------------|---|
| 2 Tintenfische | putzen nach Angabe, auf Innenseite anschneiden |
| 2 ltr. Wasser | aufkochen, Tintenfisch ins heisse Wasser geben bis die Stücke sich aufrollen. durch Sieb Wasser abschütten, Tintenfisch in feine Streifen schneiden. |
| 1 Tl Salz | |
| 1 Lauch | putzen und in feine Streifen schneiden |
| 1 Zwiebel | |
| 1 Pfefferschotte | |
| 1 Rüebli | putzen und in feine Scheiben schneiden |
| 1 El Chilipulver | mit obigem mischen |
| 1 El Chilisauce | |

Koreanisches Gewürz

- | | |
|--------------------------|--|
| 1 Knoblauchzehe | auspressen |
| 1 MS Sesam | mit Knoblauch vermischen, nachher mit Tintenfisch und Gemüse mischen |
| 1 Tl Sesamöl | |
| 1 MS Glutamat | |
| 1 Tl Sojasauce | |
| 1 Prise Salz und Pfeffer | |

-Bambussprossensalat

- | | |
|---------------------------|--|
| 2 Pkt Bambussprossen | im kalten Wasser 2x waschen |
| $\frac{1}{2}$ Lauch | putzen und in feine Streifen schneiden |
| 1 El Erdnussöl | erhitzen |
| 1 MS gepresster Knoblauch | kurz im Öl anbraten, Bambussprossen beifügen und ebenfalls kurz anbraten. Lauch beifügen und anbraten |
| 1 MS Salz und Pfeffer | zum abschmecken |
| 1 MS Glutamat | |

-Glasnudeln

- | | |
|--|--|
| 1 Ltr Wasser | aufkochen |
| 1 Tl Salz | |
| $\frac{1}{2}$ Pkt. Glasnudeln | beifügen, zudecken und ab der Flamme nehmen, ca. 10 Min. ziehen lassen abtropfen |
| $\frac{1}{2}$ Tl Zucker | |
| 1 Tl Sojasauce | vermischen, Glasnudeln marinieren |
| $\frac{1}{2}$ Tl Sesamöl | |
| 100 g Chinesische Steinpilze oder koreanische Pilze | 3-4 Stunden in lauwarmem Wasser einlegen |
| 1 Zwiebel | |
| $\frac{1}{4}$ Pepperoni grün, rot, gelb | in feine Streifen schneiden |
| 100 g Rindfleisch oder Speck | |
| $\frac{1}{4}$ Gurke | nur Schale mit "Fleisch" in feine Streifen schneiden |
| | alle Zutaten mit koreanischem Gewürz (je nach Geschmack) gut vermischen |
| 1 El Erdnussöl | erhitzen, obiges ca. 3 Min. anbraten |

3. Pouletfleisch mit Gemüse garnitur

- 2 Pouletfilet in feine Würfel schneiden
- 1 Eiweiss
1 El Maizena schaumig schlagen
- 1 MS Salz und Pfeffer
1 MS Ingwerpulver beifügen, Pouletfleisch marinieren
1 MS Glutamat
- je $\frac{1}{4}$ Pepperoni grün, rot, gelb
 $\frac{1}{4}$ Zwiebel in mittelgrosse Dreiecke schneiden
- 1 El Erdnussöl
1 MS Salz
1 MS gepresster Knoblauch erhitzen und anbraten, zuerst Pouletfleisch anbraten und dann aus der Pfanne nehmen. Anschliessend Gemüse kurz anbraten und Fleisch wieder beifügen
- Sojasauce und Sesamöl zum abschmecken

- Gebratenes Schweinefleisch

- 300 g Schweinehals in kleine Würfel (ca: 2 cm) schneiden
- 1 El Sojasauce
1 MS Pfeffer
1 MS Ingwer vermischen, Fleisch ca. 1 Stunde marinieren
- 16 El Maizena Fleischwürfel im Maizena wenden, anschliessen im heissen Öl frittieren bis gelb, 2. Mal bis dunkelbraun. Öl abtropfen lassen
- $\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe gepresst
6 El Ketchup
2 Tl Zucker
2 Tl Essig
1 MS Salz, Pfeffer, Glutamat
1 Tl Sesamöl mischen und in Bratpfanne aufkochen, Fleisch beifügen
- 2-3 Scheiben Ananas
2 El Ananassaft schneiden und beifügen

4. Koreanisches Nationalgericht

500 g Hohlrückenstück fein schneiden (wie für Chinois)

4-5 El Sojasauce

2 El Sesamöl

2 Tl Sesam geröstet

Marinade ansetzen

3 Tl Zucker

1 Tl Knoblauch gepresst

1 MS Salz und Pfeffer

1 Lauch

putzen und in feine Scheiben schneiden
Fleisch mit Marinade einpinseln, in
Platte lagenweise auslegen. Lauch
zwischen die Fleischlagen ausstreuen.
und so lange wie möglich marinieren

Fleisch auf Tischgrill beidseitig
nur kurz anbraten

- Reis

1 Tasse Rundreis

ca. 20 Min. im kalten Wasser einweichen,
Wasser abgiessen. Frisches Wasser auf
1 Fingerdicke nachgiessen und zum
Kochen bringen bis Schaum aufsteigt.
Von der Flamme nehmen und ca. 10 Min.
ziehen lassen

$\frac{1}{4}$ Lauch

$\frac{1}{2}$ Rüebli

$\frac{1}{4}$ Gurke (Schale mit "Fleisch")

in feine Würfel schneiden

$\frac{1}{4}$ Zwiebel

50 g gekochte Crevettli

1 El Erdnussöl

1 MS Salz, Pfeffer, Glutamat

erhitzen, Gemüse beifügen, kurz anbraten

Pfanne vom Feuer nehmen, Reis beifügen
und mit Kochstäbchen mischen

5. Lychees mit Schokoladesauce

2 Büchsen Lychees

in Dessertschalen mit etwas Saft
anrichten

50 g dunkle Schokolade

1 El Wasser

1 dl Rahm

Schokolade zerbröckeln und mit dem
Wasser im Wasserbad schmelzen. Dann
den Rahm dazugießen und so lange
weiterrühren, bis sich Schokolade
und Rahm gut gemischt haben.
zum Servieren in separatem Gefäß an-
richten