Artikel vom 28.08.2024 · Ausgedruckt am 14.11.2026, 17:36 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/maultaschen-mit-miso-lachs

Maultaschen mit Miso-Lachs



Foto: Kathrin Fries

Zutaten (für sechs bis acht Personen):

Teig:

300 g Mehl,

2 Eier,

1 Prise Salz,

50 ml Wasser,

1 TL neutrales Pflanzenöl.

Marinade:

150 g Lachfilet,

1 EL Misopaste,

3 EL Sojasoße,

2 TL Honig.

Füllung:

150 g Frischkäse,

150 g geriebener junger Gouda,

1 altbackener Sesamring (alternativ 1 Brötchen vom Vortag und zwei bis drei EL Sesam),

1 Ei,

75 ml Kokosmilch,

Chiliflocken nach Geschmack,

eventuell Semmelbrösel.

Optionale Soße:

1 EL neutrales Pflanzenöl,

2 Knoblauchzehen,

circa 200 ml Kokosmilch,

Saft und Abrieb von 1 Bio-Limette,

Korianderblätter,

Salz und Chiliflocken nach Geschmack.

Außerdem:

Wasser zum Bestreichen und Brühe zum Kochen.

Zubereitung:

Den Lachs putzen und in kleine Stücke schneiden. Die Zutaten für die Marinade verrühren und die Lachsstücke darin mindestens zwei Stunden abgedeckt im Kühlschrank ziehen lassen. Die Zutaten für den Teig zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie gewickelt etwa 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen. Inzwischen den Fisch mit der Marinade in einer Pfanne kurz scharf anbraten, dann abkühlen lassen und die Fischfasern auseinanderdrücken. Fisch und Marinade mit den Zutaten für die Füllung verrühren.

Den Teig sehr dünn ausrollen, zwischendurch immer wieder ruhen lassen, so geht es leichter. Dann den Teig in rechteckige Stücke schneiden, etwas Füllung in die Mitte geben und die Ränder mit etwas Wasser einstreichen, damit sie besser aneinanderkleben. Beim Zudrücken der Teigtaschen darauf achten, dass möglichst alle Luft herausgedrückt wird und die Füllung nicht überquillt. In einem großen Topf leichte Brühe zum Simmern bringen und die Maultaschen darin so lange ziehen lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen.

Wer dazu eine Soße servieren möchte, kann die geschälten und halbierten Knoblauchzehen in Öl anbraten, mit der Kokosmilch ablöschen, mit Limettensaft und -abrieb aromatisieren und mit Salz und Chiliflocken abschmecken. Koriander kann grob geschnitten am Ende eingerührt werden. Dann die warmen Maultaschen mit einigen Löffeln Soße servieren.

Tipp: Übrige Füllung zu kleinen Bratlingen formen und in etwas Öl als Fischfrikadellen braten.

Kathrin Fries