

Momos



biopartner

In Zusammenarbeit mit «NullKommaNull»

Momos



3 - 4 Portionen



45 min



mittel

Zutaten

1 Packung	Dumpling-Wrapper (zu kaufen im Asia-Laden)
300 g	Hackfleisch oder veganes Hackfleisch
1	Ei
150 g	Weisskohl, fein gehackt
150 g	Rüebli, geraffelt
1 Bund	Frühlingszwiebeln, fein gehackt
2	Knoblauchzehen, fein gehackt
3 TL	Ingwer, fein gerieben
2 TL	Sesamöl
2 EL	Sojasauce
2 EL	Gemüsebouillon (z. B. von NullKommaNull)
1 TL	Salz
1 TL	Pfeffer

Zubereitung

Die Dumpling-Wrapper langsam und schonend im Kühlschrank auftauen lassen, damit das Tausalz den Teig nicht aufweicht.

Für die Füllung: Hackfleisch oder Fleischersatz und Gemüse mit Sojasauce und Sesamöl gut mischen und würzen. Danach jeweils eine Röhre in eine Hand nehmen und Rand mit wenig Wasser bestreichen. 1 EL Füllung in die Mitte geben, Teigänder röhrenhaft verschliessen. Die Momos in Dämpfkörbe verteilen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 15 bis 20 min garen.

Mit Chilisauce und Sojasauce servieren.

Tipp

Die fertig gefüllten Momos kannst Du auch wunderbar einfrieren und im noch tiefgekühlten Zustand garen. Die Dampfzeit erhöht sich dann auf 10 min.