

# KNUSPERLUST

## Gyoza (gefüllte Reisteigtaschen)



### ZUTATEN (Menge für ca. 12 Stk.)

#### Für den Teig:

##### 240g KOMEKO KNUSPERLUST

170 g Wasser

1 Prise Salz

#### Für die Füllung:

1 kleiner Spitzkohl

1 Knoblauchzehe

1 cm Ingwer

1 kleine Chilischote

2 Frühlingszwiebel

100 g rohe Garnelenschwänze

100 g Tofu

5 EL Öl

6 EL Teriyaki Sauce



### ZUBEREITUNG

1. **240 g KOMEKO KNUSPERLUST** mit einer Prise Salz und 170 ml Wasser zu einem weichen Teig kneten.
2. In Klarsichtfolie wickeln und 30 min. ruhen lassen.
3. Für die Füllung 100 g Spitzkohl klein würfeln. Geschälten Knoblauch und Ingwer fein würfeln. Chilischote und die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden. Die Garnelenschwänze und den Tofu zu ½ cm großen Würfel schneiden.
4. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen alle geschnittenen Zutaten darin scharf anbraten, mit Teriyaki-Sauce ablöschen, kurz verdampfen lassen und vom Herd nehmen.
5. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem Strang rollen und in 12 Stücke schneiden. Aus jedem Stück mit der bemehlten Hand eine etwa 10 cm große Scheibe formen.

6. Je einen gehäuften Teelöffel von der Füllung auf den Teig geben, die Scheibe zusammenklappen, die Teigländer zwischen zwei Fingern zusammendrücken und verschließen.
7. Restliches Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen, Teigtäschchen vorsichtig einlegen 2-3 min. anbraten. Dann 100 ml kaltes Wasser darüber schütten, sofort den Deckel daraufsetzen und 8 min. garen. Danach den Deckel abnehmen und eine weitere Minute das restliche Wasser verdampfen lassen. Teigtaschen herausnehmen und warmhalten.
8. Mit den restlichen Täschchen ebenso verfahren.

**Tipp:** Von dem restlichen Spitzkohl lässt sich mit einer kräftigen Prise Zucker, Reisweinessig, Öl und Salz ein leckerer Beilagen-Salat zubereiten.



glutenfrei

[www.komeko.de](http://www.komeko.de)

