



Gyoza Blätter selber machen

(Gyoza no Kawa)

für 2 Portionen | 60 Minuten | 51 kcal

Um die besten Gyoza Teigblätter selber zu machen, benötigst du nur 4 Zutaten. Durch die Zubereitung von Hand sind die fertigen Blätter richtig schön elastisch und lassen sich ideal zu Gyoza (japanische, gefüllte Teigtaschen) falten! Die Blätter besitzen einen viel volleren Geschmack als gekaufte Sorten und sind im Handumdrehen fertig.

Zubereitung:

1. Zutaten für die selbstgemachten Gyoza Blätter bereitlegen.
2. Wasser in einem Topf oder Wasserkocher aufkochen lassen und in einer Schüssel abmessen. Das Salz ins heiße Wasser rühren, bis es aufgelöst ist.
3. Das Weizenmehl und die Stärke in eine größere Schüssel sieben und kurz miteinander vermischen.
4. Das Salzwasser (Vorsicht: heiß!) zum Mehl gießen und den Teig zuerst mit einem Löffel und dann mit den Händen in der Schüssel zu kleinen Klümpchen vermischen, sodass sich das Wasser ideal mit dem Mehl verbindet.
5. Danach den Teig mit den Händen circa 5 Minuten auf der Arbeitsfläche zu einer festen Kugel kneten.
6. Die Teigkugel in Frischhaltefolie wickeln (damit der Teig keine Feuchtigkeit verliert) und für 30 Minuten ruhen lassen.
7. Die Teigkugel aus Folie wickeln mit den Handinnenflächen zu einer flacheren Scheibe pressen und auf eine mit Stärke bestäubten Fläche legen. Die Teigscheibe ebenfalls mit etwas Stärke bestreuen. Den Teig mit einem Nudelholz auf eine Breite von circa 2 bis 3 mm (also sehr dünn) ausrollen. Falls du unsicher bist wegen der Teigdicke, dann lieber etwas dicker belassen und die Gyoza dafür später etwas länger dünsten!
8. Nun den Teig mit einer circa 10 cm breiten Ausstechform 20 Kreise aus dem Teig stechen – du kannst auch ein großes Wasserglas oder ähnliches verwenden. Jedes Gyozablatt vorsichtig herauslösen, mit etwas Stärke bepinseln (damit die Blätter beim Stapeln nicht aneinanderkleben) und zur Seite stellen. Wenn die Teigblätter schön eng ausgestochen wurden, sollte nur sehr wenig Restteig übrigbleiben.
9. Bis zur Verwendung sollte der Stapel mit den Teigblättern mit einem feuchten Küchentuch abgedeckt werden, damit der Teig nicht austrocknet und schön elastisch zum Falten der Gyoza bleibt. Fertig – Itadakimasu!

Zutaten:

- ☐ 250 g Weizenmehl
- ☐ 25 g Kartoffelstärke
- ☐ 1/2 TL Salz
- ☐ 140 ml Wasser



1mal1japan
1mal1japan.de