



Mochi Eis

für 9 Stück | 45 Minuten | 173 kcal

Oishii! Diesen Foodtrend aus Japan lieben wirklich alle: Selbstgemachtes Mochi Eis. Ein Gedicht an heißen Sommertagen und eine mal ganz andere Möglichkeit, cremiges Fruchteis als Dessert oder einfach mal zwischendurch zum Naschen zu servieren. Und das beste? Dieses Rezept gelingt garantiert, denn hier findest du wirklich hilfreiche Tipps!

Zubereitung:

1. Zutaten für das selbstgemachte, fruchtige Mochi Eis bereitlegen. Du benötigst außerdem ein Muffinblech und Frischhaltefolie. Tipp: Am besten das Mochi Eis am Vortag zubereiten, da die Kühlzeiten die Zubereitung etwas in die Länge ziehen!
2. Zu Beginn kümmern wir uns um die Füllung: Dazu das Eis mit einem Eislöffel oder einem großen Esslöffel zu 9 großen Eiskugeln formen. Den Löffel schön dich und voll mit Eis beladen, damit später keine Luftlöcher im fertigen Mochi Eis sind. Am besten zügig arbeiten, damit das Eis nicht wegschmilzt. Alle Kugeln auf einen Teller legen und sofort ins Gefrierfach stellen.
3. Für den Mochiteig das Klebreismehl gleichmäßig auf drei kleine Schüsseln verteilen (also 3 x 50 g Klebreismehl) und jeweils in jede Schüssel 30 g Zucker hinzufügen.
4. In jede Schüssel einen der drei Säfte hinzufügen (3 x 60 ml Fruchtsaft) und jeden Teig mit einem Schneebesen gründlich vermischen. Tipp: Zu Beginn ist die Masse sehr zäh, fast klumpig. Nicht irritieren lassen! Immer weiter mit dem Löffel rühren. Der Zucker wird sich langsam auflösen und den Teig nach einiger Zeit wieder verflüssigen. Wenn dich der Teig an bunten Zuckerguss erinnert, ist er fertig gerührt.
5. In einen großen Topf etwa zwei Finger hoch Wasser füllen und einen Dampfgarer hineinstellen (nur die Füße des Dampfgarer sollten im Wasser stehen). Das Wasser zum Kochen bringen. Tipp: Um den Teig in der Pfanne oder Mikrowelle zuzubereiten, folge meinem Grundrezept für Mochi Teig!
6. Jetzt garen wir die Mochiteige, also folgende Anleitung bis Schritt 10 für jeden der drei Teige wiederholen: Eine der Schüsseln mit den Teigen in den Dampfgarer stellen. Den Topfdeckel mit einem Küchentuch umwickeln (damit das Kondenswasser nicht in den Teig tropft), die

Zutaten:

- ☐ 150 g Klebreismehl
- ☐ 90 g Zucker
- ☐ 180 ml 3 verschiedene Fruchtsäfte (z.B. 60 ml Granatapfelsaft, 60 ml Guavensaft und 60 ml Ananassaft)
- ☐ 400 g Eis (z.B. Frucht- oder Milcheis, Sorbet)
- ☐ 100 g Katakuriko (Kartoffelstärke)



1mal1japan
1mal1japan.de

Handtuchenden nach oben schlagen und den Deckel auf den Topf setzen. Die Hitze soweit reduzieren, dass das Wasser unter dem Dampfgarer nur ganz leicht köchelt. Den Teig für 8 Minuten dämpfen.

7. Nach der Hälfte der Zeit den Deckel abnehmen, den Teig mit einem leicht feuchten Löffel umrühren und den Deckel inklusive Handtuch wieder auflegen. Achtung: Verbrennungsgefahr, bitte mit Küchenhandschuhen oder Topflappen arbeiten!
8. Kurz vor Ende der Garzeit Backpapier auf der Arbeitsfläche ausbreiten und großzügig mit Stärkemehl mithilfe eines Siebs bestäuben. Dann die Schüssel, sobald der Teig fertig ist (es sollte ein zähe, zusammenhängende, nicht mehr flüssige, aber noch leicht feuchte Teigmasse sein), aus dem Dampfgarer nehmen. Mit einem Löffel den Teig in der Schüssel noch einmal kräftig verrühren und direkt in das Stärkemehl geben, damit er nicht festklebt.
9. Sobald der Teig leicht abgekühlt ist, diesen mit etwas Stärkemehl bestäuben. Erst vorsichtig mit den Händen etwas plätten und dann mit einem Nudelholz etwa rund ausrollen. Der Teig sollte nach dem Ausrollen circa 5 mm dick sein. Den Teig mit einem großen, scharfen Messer in 3 etwa gleich große Teile (der Ausschnitt muss übrigens nicht „schön“ sein) teilen. Tipp: Ich nutze dafür ein aufgefaltetes Papierförmchen für Muffins, da wir die Mochi später mithilfe eines Muffinbleches formen werden – so habe ich jeweils genug Teig übrig, um das Eis vollständig zu umhüllen.
10. Jeden Teigausschnitt mit einem Pinsel grob vom Stärkemehl befreien, auf ein Stück Frischhaltefolie legen und übereinander, durch die Folien voneinander getrennt auf einem Teller stapeln. Nun sollten alle drei Teige fertig gegart und zugeschnitten sein. Den Teller mit allen (also insgesamt $3 \times 3 = 9$) Teigausschnitten für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.
11. Jetzt brauchen wir das Muffinblech! Nach den 30 Minuten den Teig aus dem Kühlschrank und die Eiskugeln aus dem Gefrierfach holen. Jedes Teigstück mit der Folie in eine der Muffinformen auf dem Blech platzieren. In die Mitte eine Eiskugel hineinlegen, die überstehenden Teigränder in der Mitte über dem Eis mit den Fingerspitzen fest zusammendrücken.
12. Die Frischhaltefolie oben zusammenraffen und am besten mit einem Klipp verschließen. Alle 9 Eiskugeln auf diese Weise mit den Mochiteigen umschließen. Das Muffinblech mit den Mochi wieder in den Gefrierschrank legen und dort etwa 2 Stunden durchfrieren lassen!
13. Zum Servieren jeweils den Klipp öffnen und die Folie entfernen. Am besten schmeckt Mochi Eis zu frischem, leicht säuerlichem Obst. Fertig – Itadakimasu!