Gefüllte Auberginen Frittiert
Zha qié bing

Gefüllte Auberginen Frittiert, auch bekannt als Zha qié bing, haben einen einzigartigen Geschmack, der durch die Kombination von knuspriger Textur und herzhaftem Aroma entsteht. Die Auberginen werden in dünne Scheiben geschnitten, gefüllt und dann frittiert, was ihnen eine goldbraune, knusprige Kruste verleiht.Der Geschmack ist eine Mischung aus der milden Süße der Aubergine und den intensiven Aromen der Füllung, die oft aus Fleisch, Knoblauch und Gewürzen besteht. Die Frittierung bringt eine zusätzliche Tiefe und einen leicht rauchigen Geschmack, der durch die verwendeten Gewürze und Saucen verstärkt wird.

Herkunft: China
Kategorie: Hauptspeisen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 45 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
250 g Aubergine(n)
1 Liter Öl zum Frittieren
Für den Frittierteig
1 EL Backpulver
½ Ei(er)
10 g Kartoffelmehl
160 g Weizenmehl
5 EL Öl
½ TL Salz
200 ml Wasser
Für die Füllung
1 TL Glutamat
2 EL Kartoffelmehl
3 EL Öl
½ TL Pfeffer
2 Prise Salz
2 EL Sojasauce
1 EL Ketjap manis
1 TL Zucker
Zum Anbraten
2 Schalotten
1 Zehen(n) Knoblauch
5 EL Öl
Für die Sauce
3 EL Essig
1 Prise Pfeffer
½ EL Salz
1 ½ EL Sojasauce
1 ½ EL Zucker

© 2026 coquina.de

Für die Füllung
2 EL Winterpilze / Shiitake eingeweicht
30 g Champignons
½ Frühlingszwiebel(n)
80 g Mu-Err-Pilze eingeweicht
80 g Tofu
50 g Wasserkastanien

Vorbereitung

Die Auberginen waschen und die Stielansätze entfernen. Der Länge nach halbieren und schräg in ½ cm dicke Stücke schneiden. An der Schmalseite so einschneiden, dass man sie aufklappen kann. Es werden 16 Stücke benötigt. Den Frittierteig zubereiten und 30 Minuten quellen lassen. Alle Zutaten für die Auberginenfüllung fein hacken und mit den Gewürzen für die Füllung vermischen. Die Schalotten und den Knoblauch fein hacken.

Zubereitung

In die Einschnitte der Auberginenscheiben je 1 EL der Füllung geben. Eine heiße Pfanne zweimal in Öl ausschwenken und das Frittieröl erhitzen. Die gefüllten Auberginenstücke mit Hilfe eines Zahnstochers in den Frittierteig tauchen und sofort frittieren. Im ersten Durchgang 2 Minuten frittieren, dann abtropfen lassen. Nach 5 Minuten nochmals 2 Minuten frittieren, bis der Teig goldbraun gefärbt ist. In einem Sieb abtropfen lassen. Eine weitere Pfanne zweimal in Öl ausschwenken und das Öl zum Anbraten so stark wie möglich erhitzen. Den Knoblauch und die Schalotten anbräunen, dann die frittierten Auberginenscheiben hineingeben. Die Gewürze für die Sauce über die frittierten Auberginen gleichmäßig verteilen. Das Gericht sofort heiß servieren.

© 2026 coquina.de