



Der Stolz des Dilettanten: kein perfektes Xiǎolóngbāo – aber voller Suppe. (Zürich, 9/2015)

XIǎOLÓNGBĀO

Teigtaschen mit Schweinefleisch, Garnelen und Schweinebrühe

Xiǎolóngbāo (manchmal kurz XLB genannt) sind kleine, typischerweise in Bambuskörbchen gedämpfte Teigtaschen aus dem Osten Chinas, eine Art Bāozi (包子). Laut Katrin Schlotter und Elke Spielmanns-Rome (*Culinaria China*. Königswinter, 2009. S. 130) stehen Xiǎolóngbāo mit auf einer Liste der 83 wichtigsten Kulturschätze von Shanghai. Sie sollen in einem Vorort der Metropole erfunden worden sein, in Nanxiang, das Geschäft gibt es offenbar immer noch. Berühmt ist auch seine Niederlassung im Herzen von Shanghai, das Restaurant Nanxiang Mantou Dian beim Yu-Yuan-Garten – dessen Teigtaschen haben allerdings nicht den besten Ruf. Es gibt in Shanghai aber zahlreiche Lokale, die gute Xiǎolóngbāo servieren – Jamie Barys und Kyle Long (*Glutton Guide Shanghai*. Shanghai, 2015) empfehlen das *Fu Chun* (650 Yuyuan Lu) und die Ketten *Jiajia Tangbao* und *Din Tai Fung*. *Din Tai Fung* entwickelte sich aus einem Geschäft für Speiseöl in Taipei und ist heute ein wahres Xiǎolóngbāo-Imperium, vor dessen Filialen in Australien, China, Hongkong, Indonesien, Japan, Malaysia, Singapur, Südkorea, den USA, Thailand und Dubai sich regelmäßig lange Schlangen bilden.



Den Kähen ist es einerlei |
«Dunst verdeckt den Ort, wo die Sonne steht, verhüllt die Richtung des Himmels und die Zeit des Tages. Den Kähen ist das einerlei. Stur stoßen sie sich durch den stinkenden Silberschlamm des Huángpǔ.»

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten Episode vom 30. August 2015.



Zuoberst auf der Karte aller Restaurants der Kette Din Tai Fung stehen die berühmten Xiäolóngbāo des Hauses – auch in der Filiale in Sydney. (3/2014)



Natürlich kommen die Xiäolóngbāo kurz nach Bestellung in absoluter Perfektion auf den Tisch. Hier in einer Filiale von Din Tai Fung in Taipei. (12/2018)



In vielen Lokalen in Shanghai bezahlt man erst an der Kasse sein Essen, setzt sich und wenig später steht ein dampfender Korb vor einem auf dem Tisch.



Auch viele Restaurants in Shanghai dämpfen auf der Straße – selbst wenn sie im Inneren des Gebäudes noch eine weitere Küche haben. Das öffentliche Dämpfen ist auch eine Art Reklame für das Lokal und die Frische seiner Zubereitungen.

Das Spezielle an Xiäolóngbāo ist, dass die Teigtaschen nicht nur mit Fleisch gefüllt sind, sondern auch mit Suppe. Das will beim Essen berücksichtigt sein, sonst verbrüht man sich den Mund oder bekleckert sich und seine Umgebung. Manche knabbern erst mit den Zähnen ein kleines Loch in die Tasche und schlürfen die Brühe heraus. Andere setzen das Xiäolóngbāo auf einen Löffel, öffnen den Teig mit den Stäbchen und lassen die Suppe herauslaufen. Die zweite Methode ist zweifellos eleganter, die erste aber erhöht das sensorische Erlebnis beim Essen.

Bei der Herstellung von Xiäolóngbāo setzt man eine Mischung aus Schweinefleisch und Fleischgelee auf runde Teigstücke, die dann durch Falten zu Taschen geformt und durch Zusammendrücken verschlossen werden. Beim Dämpfen verflüssigt sich der Aspik und so kommt die Suppe in die kleinen Bāozi. Der Teig des Xiäolóngbāo soll dünn und ein wenig durchsichtig sein, die Tasche wenigstens 14 (andere sagen auch 17 oder 21) Falten aufweisen. Es gibt auch Varianten mit Gemüse oder Meeresfrüchten. Die Xiäolóngbāo werden im Dämpfkorb serviert, mit schwarzem Essig und manchmal fein geschnittenem Ingwer dazu.

Der Begriff Xiäolóngbāo heisst wörtlich «klein» 小 (xiǎo) «Dampfkorb» 笼 (Lóng) «Stück» 包 (Bāo). In Shanghai wird die Teigtasche manchmal auch 小笼馒头, (Xiäolóng mántóu) genannt. Mántóu ist ein in großen Teilen Chinas (und sogar bis nach Zentralasien hinein) verbreiteter Begriff für gefüllte Teigtaschen. Xiäolóngbāo zählen zu den 点心 (Diǎn xīn), besser bekannt unter dem Namen Dim sum, also zu den Zwischenmahlzeiten oder Snacks.

In Europa bekommt man nur in wenigen Chinarestaurants richtige Xiäolóngbāo – auch wenn so manche Teigtasche von der Form her ähnlich aussieht. Und selbst wenn Xiäolóngbāo auf der Karte steht, heißt das noch lange nicht, dass sich in der Teigtasche dann auch Suppe befindet. Warum das so ist, weiß ich nicht. Im Genfer Restaurant Naya gab mir die Wirtin zu verstehen, dass man mit den in Europa zur Verfügung stehenden Mitteln unmöglich den richtigen Teig herstellen könne.

Im Restaurant Zum goldenen Drachen in Basel, das die XLB ebenfalls ohne Brühe serviert, erhielt ich die Erklärung, diese Suppe sei für den europäischen Geschmack viel zu fett. Die chinesische Gelatine sei nämlich ganz anders als europäischer Aspik, sie sei sehr ungesund und fett weil sie aus den schlechtesten Teilen vom Schwein gewonnen werde. Schlechte Teile? Fette Gelatine? Eine seltsame Geschichte, die aber wohl viel darüber aussagt, wie sich die chinesischen Restaurateure im Westen ihre Kundschaft und deren kulinarische Empfindlichkeiten vorstellen – und wie weit sie bereit sind, selbst traditionelle Rezepte wie Xiäolóngbāo diesen Vorstellungen anzupassen.

Die Herstellung von Xiäolóngbāo in der eigenen Küche ist nicht ganz einfach. Die Vorbereitung der drei Komponenten (Teig, Füllung, Gelee) ist das eine und braucht vor allem ein wenig Zeit. Weitau kniffliger ist es, die Taschen so zu füllen und zu falten, dass



Dieses Restaurant an der Shanxi-Straße in Shanghai macht schon am Eingang deutlich, mit welchen Mitteln hier gekocht wird. Auf dem weißen Streifen links erkennt man die Zeichen 小 «klein» und 笼 «Dämpfkorb». (8/2015)

sie die Suppe nicht schon während des Dämpfens abgeben – oder bei der ersten Berührung mit den Stäbchen auslaufen. Ich muss zugeben, dass ich bei der Entwicklung des nachfolgenden Rezepts einige Momente kulinarischer Verzweiflung erlebt habe. Und ich will jetzt schon einräumen, dass die hier vorgestellte Wegleitung keineswegs zu einem dieser sagenhaft dünnwandigen und elastischen, immer gleich gestalteten und zugleich viel gefalteten Xiäolóngbāo führt, wie sie einem zum Beispiel bei Din Tai Fung serviert werden. Immerhin aber habe ich nach dem hier vorgestellten Rezept viele Male Teigtaschen hergestellt, welche mit Suppe gefüllt waren und also das sensorische Erlebnis beschert haben, das mich an diesen speziellen Bāozi so fasziniert.

Zur Hauptsache können die Teigtaschen aus fünf Gründen ihre Suppe verlieren: 1. Die Tasche wurde nicht dicht genug zgedrückt. 2. Die Tasche hat irgendwo ein kleines Loch (das zum Beispiel ein Stück Ingwer gestochen haben kann). 3. Die Tasche klebt an der Unterlage fest, auf der sie gedämpft wurde – und reißt bei Berührung auf. 4. Die Tasche wurde überfüllt und bricht deshalb bei Berührung auseinander. 5. Der Bāozi-Bub hat die Suppe geholt.

Laufen einzelne der Teigtaschen aus, so ist das allerdings – sieht man von den Kränkungen des Kochs ab – auch keine Katastrophe, denn man hat trotzdem eine feines Bāozi zwischen den Stäbchen, welches zumindest noch die feuchte Erinnerung an die Suppe in sich trägt.



Im Naya in Genf kleben die XLB am Boden des Körbchens fest und reißen bei Berührung auf – was insofern keine Rolle spielt, als sie eh keine Brühe enthalten. (10/2015)



Der Goldene Drachen in Basel bietet Xiäolóngbāo an. Sie enthalten keinerlei Suppe, sind aber dafür angebraten – dazu gibt es eine süßliche Tunke, wahrscheinlich auf Basis von Austernsauce. (10/2015)



Im Restaurant Shan Cheng an der Hubei Road in Shanghai werden die Xiäolóngbāo mit rasendem Tempo immer ganz frisch vor den Augen des Kunden zubereitet. Die Füllung wird ganz genau abgewogen.



Zu Beginn habe ich versucht, die Teigtaschen im klassischen Bambuskörbchen zu dämpfen. Im Wok aber verdunstet das wenige Wasser unter dem Bambus so schnell, dass man während des Dämpfvorganges nachgießen muss. In chinesischen Garküchen gibt es spezielle Vorrichtungen, die den Dampf durch die Körbchen jagen. Ohne eine solche Ausrüstung ist das Dämpfen im Bambuskörbchen sehr schwierig und unbefriedigend bis verheerend (wenn man etwa aus lauter Angst vor dem Austrocknen der Pfanne so viel Wasser angießt, dass es bis zum Dämpfgut aufsteigt). Ich dämpfe die Teigtaschen deshalb – je nach Küche – in einem speziellen Dämpfpotf, einem Steamer oder einem Wok mit flachem Boden und metallendem Dämpfeinsatz.

Den meisten Rezepten folgend bereite ich für die Taschen einen Heißwasserteig zu. Das heiße Wasser soll die Proteine im Weizenmehl denaturieren und dazu führen, dass es beim Kneten weniger Kleber ausbildet. Das Ergebnis ist ein feiner und nicht sehr elastischer Teig. In China wird der Teig meist von Hand ausgewallt, Blatt für Blatt. Dabei sorgt der Koch dafür, dass das Zentrum des Teigstücks etwas dicker ist als der Rand. Ich habe es nicht geschafft, diese Technik erfolgreich zu imitieren und der Teig wurde an einzelnen Stellen immer so dünn, dass er heimlich kleine Löcher bildete. Deshalb verwende ich für das Auswallen des Teiges eine einfache Teigwaremmaschine. So können auch die Teigabschnitte leicht wieder zu neuen Blättern verarbeitet werden. Mein Teig ist genau 1½ mm dick (das entspricht bei meiner Maschine, einer *Atlas*, der Position 3). Mein Teig ist also dicker als der Teig bei Din Tai Fung, jedoch nicht dicker als in vielen anderen Xiäolóngbāo-Lokalen. Ich schneide, mit Hilfe eines runden Gefäßes, ein relativ grosses Teigstück aus. So fällt das Falten bei zurückhaltender Befüllung etwas leichter. Wenn ich sie schließlich zudrücke, dann entsteht dabei ein länglicher Teighals, den ich abzwacken – auch das entspricht sicher nicht der reinen Lehre, aber es funktioniert.

Für das Dämpfen stellen wir die Taschen auf einen sorgfältig mit Öl bestrichenen Teller. So kann man vermeiden, dass sie anhaften und man sie dann mit den Stäbchen auseinanderreißt. Ich verwende dabei – einfach weil es so fein duftet – etwas geröstetes Sesamöl.



Es gibt auf Shanghais Straßen zahllose Garküchen, die Xiäolóngbāo und andere Teigtaschen anbieten. Sie sind ein billiger Snack, den sich auch ein schlecht bezahlter Bauarbeiter leisten kann.

Zubereitung (Kochzeit 5 Minuten)

1 | Mehl in eine Schüssel geben. In vier Portionen kommen nun insgesamt 10 EL kochendes Wasser dazu (also etwa 3, 3, 2 und nochmals 2 EL). Nach jeder Zugabe von Wasser kräftig mit Hilfe von ein paar Essstäbchen rühren. Mit der letzten Portion Wasser das Öl dazu rühren. *Dieser Zubereitungsschritt ist auch im Cutter möglich.*

2 | Etwas Mehl auf der Arbeitsfläche ausstreuen. Den Teig aus der Schüssel greifen und zu einem Laib zusammendrücken, dann auf der bestäubten Fläche etwa 8–10 Minuten kneten. Zum Schluss sollte er weich und elastisch sein, ganz leicht klebrig auch. Teig zu einer Kugel formen und in Haushaltsfolie einwickeln.

3 | Alle Zutaten für die feste Füllung (Hackfleisch, Garnelen, Knoblauch, Ingwer, Schnittlauch, Salz, Zucker, Pfeffer und Sesamöl) vermischen und von Hand zu einer homogenen Masse verkneten. *Ich benutze einen manuellen Zerkleinerer, um die Zutaten möglichst fein zu verarbeiten – so verringert sich die Gefahr, dass etwa ein Stück Knoblauch den Teigmantel durchstößt. Allerdings sollte die Füllung auch noch etwas Struktur haben. Man kann die Zutaten auch durch den Fleischwolf geben. Kocht man die Gelatine zum Beispiel aus eine Schweinsaxe, dann kann man statt des Hackfleisches auch das gewolfte Fleisch dieser Haxe verwenden. Ich habe die Füllung auch schon mit Hackfleisch vom Kaninchen zubereitet.*

4 | Teig nochmals kurz durchkneten, dann in vier Stücke schneiden. Die Stücke zu einer 1½ mm dicken Bahn auswallen, die so beschaffen sein sollte, dass sich vier kreisrunde Blätter mit einem Durchmesser

FÜR 16 TEIGTASCHEN

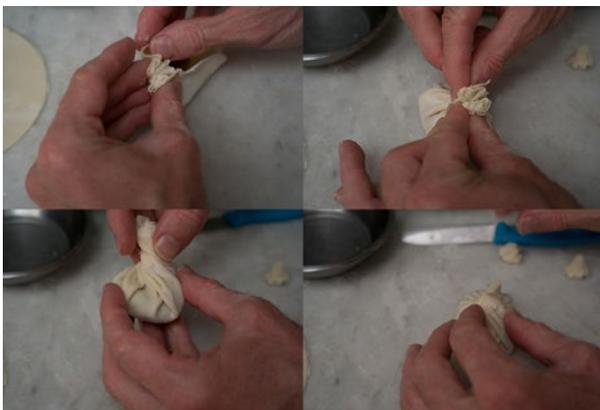
- 200 g** Weizenmehl für den Teig
- 10 EL** Wasser, kochend
- 1 TL** Sesamöl aus geröstetem Sesam für den Teig
- Etwas** Mehl zum Bestäuben der Arbeitsfläche
- 150 g** Hackfleisch vom Schwein
- 6** Garnelen (50 g), fein gehackt
- 2** Knoblauchzehen, sehr fein gehackt
- 1 EL** fein gehackter Ingwer (15 g)
- 10 g** Schnittlauch, in feinen Rädchen
- 1 TL** Salz
- ½ TL** Zucker
- ½ TL** weißer Pfeffer, fein gemahlen
- 2 TL** Sesamöl für die Füllung
- 200 ml** Gelee aus Schweinsfuss oder ein anderer, möglichst würziger Aspik
- Etwas** schwarzer Reisessig
- Etwas** Ingwer, fein geschnitten



Für den Teig das Mehl in vier Etappen mit heissem Wasser vermischen, auf die Arbeitsplatte stürzen, mit den Fingern zusammendrücken, kneten und schließlich zu einer Kugel formen. (Zürich, 9/2015)



Theoretisch sollten die Xiäolóngbāo wenigstens 14 Falten aufweisen. Ich mache es eher so, wie es mir am besten von der Hand geht – und komme im Durchschnitt auf etwa 10–12.



Ich konzentriere mich darauf, die kleinen Teigtaschen möglichst sauber und möglichst sicher zu verschließen – und schneide dann den überlangen Teighals ab.



So präsentieren sich die Xiäolóngbāo, wenn sie mit Brühe gefüllt sind. Die Tropfen hat das Sesamöl gebildet, mit dem ich den Teller eingestrichen habe.



Wer diese Teigtaschen für Gäste zubereitet, ist praktisch den ganzen Abend lang beschäftigt und tut außerdem gut daran, die Sache möglichst nüchtern anzugehen. Da setzt man sich am nächsten Abend gerne einmal bei sich selbst an den Tisch – und lässt sich von den Resten des Vortags bedienen. Hier habe ich etwas übriggebliebene Xiäolóngbāo-Füllung auf ein der Länge nach halbiertes Brot gestrichen und diese Schnitte im Ofen gratiniert – dazu gab es Salat und eine Flasche Riesling aus dem Elsass. (Zürich, 10/2015)

von 11–12 cm daraus stechen lassen. *Am einfachsten geht das Auswalzen mit einer Teigwarenmaschine. Für das Ausstechen benutze ich den scharfen Rand einer Vorratsdose.*

5 | 1 TL Fleischfüllung in die Mitte jedes Blattes setzen und leicht flachdrücken. 1 TL Gelee darüber legen. Die Ränder der Teig-Rondelle leicht befeuchten und die Tasche wie einen altmodischen Geldbeutel (mit Zugschnur) zusammenfallen. Den Hals sehr gut zusammendrücken und dem Beutel dabei einen leichten Twist geben. Überflüssigen Teig abzwacken. *Theoretisch sollten die Xiaolóngbāo ja eine bestimmte Anzahl Falten aufweisen – doch das ist eher etwas für Experten. Ich konzentriere mich darauf, die kleinen Teigtaschen möglichst sauber und möglichst sicher zu verschließen. Ich überprüfe auch, ob sich beim Falten Risse gebildet haben – und nestele diese mit befeuchteten Fingern zu.*

5 | Die fertigen Xiäolóngbāo auf einen mit Öl bestrichenen Teller setzen und dann 5 Minuten dämpfen. Mit Essig und Ingwer servieren und vorsichtig essen (mehr dazu in der Einführung oben). *Wie viel Teigtaschen man auf ein Mal dämpft, hängt natürlich von der Größe der Dämpfvorrichtung ab. Ich stelle für zwei bis vier Gäste meist je sechs oder acht Stück aufs Mal her.*