



Ein Schmortopf mit weichem Lammfleisch, leicht ledrige Tofuhaut und sämig-gelatinöser Sauce. (Zürich, 10/2014)

YÁNG NǎN BǎO

Lammhaxe mit fermentiertem Tofu, Tofuhaut, Shiitakepilzen und Wasserkastanien

Das Vorbild für dieses Gericht habe ich erstmals im Mai 2014 und dann nochmals im August desselben Jahres im Restaurant Gerrard's Corner an der Wardour Street in Londons Chinatown gegessen. Es hieß auf der Karte 枝竹羊腩煲, was mit «Grilled Lamb with Dried Bean Curd Stick in Hot Pot» übersetzt war. Wobei man dem Lammfleisch in keiner Weise anmerkte, dass es vor seiner Ankunft im Heißen Topf über den Grill gewandert war. Ich haben den chinesischen Namen auch mit Hilfe nur teilweise übersetzen können. Die letzten drei Zeichen sind einfach: Yáng nǎn bāo (羊腩煲) bedeuten «Schaf», «Bauch» und «Topf». 枝 und 竹 sind schwieriger, für sich genommen bedeuten sie «Stäbchen» (*Stick*) und «Bambus», zusammen aber «Artischocke». Ich nenne das Gericht deshalb hier einfach nur Yáng nǎn bāo, was es ziemlich gut beschreibt.

Was mir an dem Gericht gefiel, war erstens die Konsistenz des Fleisches. Da es mitsamt den Knochen geschmort worden war, schmeckte es ebenso zart wie saftig. Zweitens gefiel mir die cremige Sauce, die eine gaumenschmeichelnde Kombination aus dem Saft des Lammfleisches, fermentiertem Tofu und wenigen, leicht rauchigen



Parallelwelten | «Der Smithfield Market In London Farringdon ist ein solcher Ort, an dem man spürt, dass es diese Parallelwelten gibt. Es ist einer der letzten Großmärkte, die noch in Londons Innenstadt betrieben werden. Andere Hallen wie der Spitalfields Market wurden längst in schicke Shoppingmalls verwandelt. Die Smithfield-Halle wurde 1866 bis 1868 unter...»

Das auf diesen Seiten vorgestellte Rezept entstand in Zusammenhang mit der hier zitierten Episode vom 28. August 2014.



Gerrard's Corner liegt mitten in Chinatown und bietet ein paar schöne Spezialitäten, dazu gehört auch ein erfrischender Salat, der Weißkohl, Entenfleisch und Qualle mit Sojasauce, Sesamöl, Chili und viel Koriander kombiniert. (8/2014)



Das Restaurant bringt den hier vorgestellten Lammschmortopf mit fermentiertem Tofu in einem metallenen Gefäß auf den Tisch, dampfend vor Hitze – das richtige Essen für ganz besondere Momente.



Im Gerrard's Corner wird das Gericht mit Stücken von der Brust respektive vom Bauch des Lammes zubereitet. Fleisch, Fett und Knochen halten sich da etwa die Waage.



Zum Schmortopf serviert das Restaurant eine weiße Sauce, vermutlich eine Mischung aus fermentiertem Tofu, Mayonnaise und Essig, mit der man das Fleisch nachwürzen kann, was sich indes nicht aufdrängt.



Zu Beginn der Kochzeit wirkt die Masse noch etwas wässrig. (5/2014)



Nach zwei Stunden ist die Sauce cremig und gelatinös.

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Haxen vom Lamm in je 2 bis 3 Stücken (1.2 kg)
- 1 TL Salz
- 2 EL Rapsöl
- 1 stattliche Zwiebel, fein gehackt
- 4 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 40 g frischer Ingwer, geputzt und fein gehackt
- 200 ml Reiswein
- 100 ml Sojasauce
- 2 EL Chinkiang-Reisessig
- 300 ml Wasser
- 4 Schwarze Kardamom (6 g), im Mörser etwas angestoßen oder aufgeschlitzt
- 2 Anissterne
- 1 EL Zucker
- 35 g Shiitakepilze, 1 Stunde in heissem Wasser eingeweicht, in Scheiben geschnitten
- 30 g Tofuhaut, Yuba, gerollt aber nicht verknotet, in 5 cm langen Stücken
- 10 Lilienblüten (5 g)
- 5 g Flocken von der Lilienzwiebel
- 2 EL fermentiertes Tofu (40g), mit etwas Saft, ich verwenden meist das in Taiwan hergestellte Tofu der Firma Jia Fei Food Enterprise
- 200 g Frühlingszwiebel, vor allem die grünen Teile, in 4 cm langen Stücken
- 150 g Wasserkastanien, geschält, aus der Dose, in Scheiben

Gewürzen darstellte. Drittens schmeckten mir die fleischigen Pilze, die das Gericht noch reicher erscheinen ließen. Auch die knackig-frischen Wasserkastanien und die teigwarenartige Tofuhaut (Yuba) trugen ihren Teil zum Vergnügen bei. Je nachdem kann man Kastanien und Yuba allerdings auch als eine Art Verwässerung des Konzepts empfinden, als ein Zuviel der Konsistenzen. Das einzige Frischgemüse in dem Gericht sind größere Stücke vom Grün nicht zu feiner Frühlingszwiebeln. Das Gemüse wird erst gegen Ende der Schmorzeit beigegeben und setzt nur schon farblich einen frischen Akzent in der nussbraunen Masse.

In *Gerrard's Corner* wurde zu dem Schmortopf zusätzlich ein Schälchen mit fermentiertem Tofu gereicht, das vermutlich mit Mayonnaise verrührt worden war, etwas Essig, Chiliringe und frische Ingwerstreifen dazu. Auf diesen Zusatz habe ich in meinem Rezept verzichtet. Das Aroma des Schmortopfes ist so kräftig, dass es keine zusätzliche Würze braucht. Im *Gerrard's Corner* wird der Hot Pot mit Stücken von der Brust oder vielmehr vom Bauch (Nǎn) zubereitet, da halten sich Fleisch, Fett und Knochen etwa die Waage. Ich schlage in meinem Rezept die Zubereitung mit Haxe vor. Haxe ist in der Schweiz meist leichter zu bekommen als Brust und außerdem etwas weniger fett. Zum Schmortopf serviere ich weißen Reis.

Zubereitung (Kochzeit 2 Stunden)

- 1 | Haxen mit Salz einreiben. Rapsöl in einem schweren Topf erwärmen, das Fleisch allseits scharf anbraten. *Je nach Größe des Topfes in zwei Durchgängen, dann mit ein paar zusätzlichen Tropfen Öl.*
- 2 | Fleisch aus der Pfanne heben, es sollte etwas Fett zurückbleiben. Topf ein wenig abkühlen lassen, dann Zwiebel, Knoblauch und Ingwer hineingeben und leicht anbräunen. *Hat das Lamm kein Fett abgegeben, müssen nochmals ein paar Tropfen Öl beigegeben werden.*
- 3 | Fleisch wieder in in Topf heben. Reiswein, Sojasauce, Essig und 300 ml Wasser angießen. Kardamom, Anisstern und Zucker beigegeben. Aufkochen, Hitze reduzieren, Deckel aufsetzen und 1 Stunde kochen lassen. Gelegentlich umrühren. *Wie bei vielen Schmorgerichten hängt vieles vom Topf ab, den man verwendet. In einem schweren Topf mit einem Deckel, der das Kondenswasser wieder in das Gargut zurückführt, kann das Fleisch stundenlang vor sich hin köcheln. Dabei bleibt die Menge der Flüssigkeit konstant oder nimmt sogar ein wenig zu. Besitzt man keinen solchen Topf, dann muss man vermutlich immer wieder Flüssigkeit angießen.*
- 4 | Shiitakepilze, Tofuhaut, Lilienblüten, Lilienzwiebel und fermentiertes Tofu beigegeben, nochmals 30 Minuten zugedeckt köcheln lassen.
- 5 | Lauch und Wasserkastanien unterheben, nochmals 10 Minuten köcheln lassen.

Das Fleisch erträgt gut noch längere Kochzeiten, auch Tofuhaut und Pilze sind relativ flexibel, ebenso die Wasserkastanien, die hartnäckig knackig bleiben – nur die Frühlingszwiebeln sehen nach längerer Kochzeit nicht mehr so erfrischend aus.