



Mápó dòufǔ nach einem Rezept von Michelle Yeho, der Köchin des *Le chien et le lampion*.

## Mápó dòufǔ

### Tofu und Hackfleisch mit Gewürzen in Soja und Wein geschmort

Dieses berühmte Rezept stammt ursprünglich aus Sichuan, ist heute jedoch in der ganzen ostasiatischen Welt sehr beliebt und existiert in entsprechend vielen Varianten, die von mild bis feurig scharf reichen. Klug an Mápó dòufǔ (麻婆豆腐) ist, dass das Fleisch hier eher als eine würzige Zutat verwendet wird – was allerdings für viele Gerichte der chinesischen Küche recht typisch ist.

Má bezieht sich auf *má zi* (麻子) und bedeutet «Pockennarben», pó ist die erste Silbe von *pópo* (婆婆) und bedeutet «alte Frau» oder «Großmutter». Dòu fǔ oder Tofu ist eine mögliche Transliteration der chinesischen Zeichen für Bohnenpaste: 豆腐. Der Koch Deh-Tah Hsiung erzählt in *Die chinesische Küche* (München, 2001, S. 197) zu Namen und Ursprung des Rezepts die folgende Geschichte: «Má Pó bedeutet 'pockennarbige Ehefrau' und bezieht sich auf die Frau eines Küchenchefs in Chengdu. Sie hat

te dieses Gericht vor mehr als hundert Jahren für das kleine, schlichte Restaurant ihres Mannes geschaffen. Das Gericht fand so viel Anklang, dass sein Ruf sich schnell verbreitete und die Anzahl der Gäste stetig wuchs.»

Viele Köche beschreiben das typische Aroma und Mundgefühl von *Má pò dòu fū* mit sieben Adjektiven: *má* (麻) «betäubend», *là* (辣) «chilisch», *tāng* (烫) «heiß», *xiān* (鲜) «frisch», *nèn* (嫩) «zart und weich», *xiāng* (香) «aromatisch» und *sū* (酥) «flockig».

Wenngleich dieses Gericht seinen Ursprung im subtropischen Chengu hat, wo es selten richtig kalt wird, passt es doch mit seinen wärmenden Aromen auch sehr gut in eher winterliche Stimmungen hinein.

Das hier vorgestellte Rezept stammt aus dem Restaurant *Le chien et le lampion* in Port-Louis, wo Michelle Yeho den obersten Kochlöffel schwingt. Yeho verzichtet auf die sonst übliche Schwarze Bohnenpaste und vertraut ganz auf die Kraft der fermentierten Bohnen allein, die sie natürlich aus St-Pierre (Doma) bezieht.

#### Für 2 Personen

400 g Tofu, frisch, fest (gepresst)  
2 EL Rapsöl  
40 g Ingwer, geputzt und gehackt  
5 Knoblauchzehen, gehackt  
200 g Hackfleisch vom Schwein (oder Rind)  
2 EL schwarze fermentierte Bohnen (*Dòu chī*) oder Doma aus Lemusa, abgespült  
3 scharfe, getrocknete Chilis, fein zerkrümelt  
1 TL Zucker  
1 EL dunkles Miso (Bohnenpaste)  
2 EL Shaoxin-Reiswein  
2 EL helle Sojasauce (japanische Rezeptur)  
150 ml Wasser (oder Hühnerbrühe)  
~ Sesamöl  
1 TL gerösteter und gemahlener Sichuanpfeffer  
4 EL Frühlingszwiebeln, in Rädchen

**1** | Tofu in Würfel mit einer Seitenlänge von 1 cm schneiden und auf einem Stück Küchenpapier gut abtropfen lassen.  
**2** | Öl in einer Bratpfanne erhitzen. Knoblauch und Ingwer begeben, kurz anziehen lassen. Fleisch begeben und bei mittlerer Hitze 3–4 Minuten krümelig braten. Dabei ständig rühren und die kleinen Fleischklößchen gut auseinander drücken.  
**3** | Schwarze Bohnen mit Chili und Zucker im Mörser zu einer Paste zerdrücken und in die Bratpfanne schaben, umrühren.  
**4** | Miso, Reiswein, Sojasaucen und Wasser begeben, kurz aufkochen lassen. Hitze reduzieren. Tofuwürfel sorgfältig unterheben und alles 15 Minuten auf kleiner Flamme schmoren.  
**5** | Sichuanpfeffer und Sesamöl darüber geben, mit Frühlingszwiebeln garnieren.