# Mapo Doufu

**Moin Moin**
**Der Mapo Doufu ist ein klassisches Gericht der Sichuan Küche und gehört mit zu den bedeutenden des chinesischen Westens.**

**Ihr Markenzeichen ist ihre Schärfe, denn in Sichuan liebt man es scharf und gut gewürzt. Für uns Europäer ist diese Geschmacksnerven betäubende Küche schwer nachvollziehbar. Aber eine befreite Nebenhöhle hat auch sein gutes.**

**Ich habe mir diese Rezept ausgesucht da ich es mal von Alexandra ( Mrs. Schneckenhaus) kosten durfte und ich grob wusste was auf mich zu kommt.**
**Für den Mapo Doufu brauchen wir:**

**200g Tofu**
**300g Rinderhack**
**200ml Fleischbrühe**
**3 Stück Knoblauch**
**2 Stück Frühlingszwiebeln**
**2 EL Zucker**
**1 Stück Ingwer (3cm)**
**1-2 EL Chili Bohnen Paste**
**1 EL Sojasauce**
**1 TL Stärke zum abbinden**
**etwas zerstoßener Sichuan Pfeffer zum garnieren**

**Den Tofu kurz in Kochenden Salzwasser blanchieren und wieder ins kalte Wasser geben. Das Rinderhack mit Öl scharf im Wok anbraten, bis es krümelig ist. Nun den Ingwer und die Chili Bohnen Paste hinzufügen und so lange rühren bis alles die Farbe der Paste hat. Jetzt das ganze mit der Fleischbrühe ablöschen und den Knoblauch, Sojasauce, Zucker und Tofu hinzufügen. Das sollte jetzt gute 3 Minuten köcheln. Zum anrichten noch etwas zerstoßener Sichuan Pfeffer drüber Fertig**

**Wie gefällt dir der Beitrag?**
[ratings]


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN


EINFACH KANN SO LECKER SEIN




EINFACH KANN SO LECKER SEIN