

Wasabi-Piroggen mit frischem Wokgemüse

Zubereitungszeit **40 Minuten**

Kalorien pro Portion **606**



Zutaten für 4 Personen

Für die Piroggen:

250 g Mehl
1 Ei
0,5 TL Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Für die Füllung:

1 Ei
250 g Quarken
2 EL Paniermehl
1 & 1/2 EL Wasabi Paste
Salz

Für das Wokgemüse:

2 Möhren
2 Tomaten
1 Knoblauchzehe
1 rote Zwiebel
100 g Champignons
100 g Austernpilze
100 g Zuckerschoten
200 g Ananasfruchtfleisch
2 EL Rapsöl
4 Blättchen Thai-Basilikum
7 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
100 ml Sweet Chilisauce

Zubereitung:

1. Mehl, Ei, ca. 100 ml Wasser, Salz und Pfeffer zu einem geschmeidigen Teig verkneten, zu vier Kugeln formen und abgedeckt ca. 15 Minuten kaltstellen.
2. Für die Füllung Ei trennen und Eiweiß beiseite stellen. Quark, Paniermehl, Eigelb und Wasabi verrühren und mit Salz würzen. Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und Kreise von

- ca. 12 cm Durchmesser ausstechen. Die Füllung in die Mitte geben und die Ränder mit Eiweiß bestreichen. Taschen zusammenklappen und dabei die Ränder gut andrücken.
3. Für das Gemüse Möhren schälen und waschen, Tomaten waschen, vierteln, Stielansatz und Kerne entfernen. Tomaten und Möhren in Würfel schneiden. Knoblauch und Zwiebel abziehen, Zwiebel würfeln und Knoblauch zerdrücken.
 4. Champignons und Austernpilze evtl. waschen, putzen und je nach Größe etwas kleiner schneiden. Zuckerschoten waschen, putzen und halbieren. Ananas in Stücke schneiden. Gemüse in erhitztem Öl unter gelegentlichem Wenden ca. 10 Minuten braten.
 5. Teigtaschen in kochendem Wasser ca. 6-7 Minuten garen.
 6. Ananas zu dem Gemüse geben, mit Basilikum verfeinern, mit Sojasauce und Sweet Chilisauce abschmecken und mit den Teigtaschen servieren.

Guten Appetit!