



Hotpotblog.de - Einkaufsliste

Für die Brühe

Basiszutaten:

- 1-2 l kräftige Brühe
- 100-200 g Margarine oder Butter
- 125 g Dicke Saubohnensauce (alternativ Sojasauce, sparsam verwenden)
- Daumengroßes Stück Ingwer, in Scheiben
- 2-5 Chilis, längs aufgeschnitten
- 2-3 Knoblauchzehen
- Schuss Reiskochwein

Optionale Zutaten zur Variation:

- Limettenblätter
- Zitronengras
- Lauchzwiebeln
- Kokossahne
- Gewürze wie Curry, Anis, Kumin, Piment
- Szechuanpfeffer

In den Pott

Gemüse:

- Pak Choi
- Chrysanthemenblätter
- Chinakohl
- Mangold
- Blattspinat
- Kürbis
- Paprika
- Zuckerschoten
- Staudensellerie
- Möhren (auch violett/gelb)
- Maiskolben
- Rettich
- Lotuswurzeln
- Brokkoli
- Blumenkohl
- Fenchel

Pilze:

- Enoki
- Shiitake
- Champignons
- Austernpilze
- Morcheln/Mu-Err
- Silberohr

Tofu & Spezialitäten:

- Normaler Tofu (fest oder seidig)
- Räuchertofu
- Gebackener Tofu
- Frittierte Tofuscheiben
- Blättertofu
- Knotentofu
- Stangentofu

Fleisch/Fisch:

- Lammfleischscheiben
- Hühnchengeschnetzeltes
- Schwein oder Rind (dünn geschnitten)
- Dicke Rippe
- Mettenden/Würstchen
- Rinderblättermagen
- Fischfilet (z.B. Lachs, Seebarsch)
- Garnelen
- Fischbällchen
- Muscheln
- Surimi
- Tintenfisch/Oktopus

Sattmacher:

- Kartoffeln (festkochend)
- Süßkartoffeln
- Reismudeln
- Glasnudeln

Jetzt noch Saucen

Saucen und Basiszutaten

- Sojasauce (hell und dunkel, salzig und salzarm, ggf. Pilz-Sojasauce)
- Erdnussbutter (als Basis für Erdnuss- oder Sate-Sauce)
- Tahin (helle Variante oder Sauce aus geröstetem Sesam)
- Süß-saure Sauce
- Hoisin-Sauce (achte auf die Zutatenliste, z. B. für Vegetarier)
- Sweet-Chilli-Sauce (verschiedene Varianten: Ananas, Tamarinde, Knoblauch oder grüne Seafood-Variante)
- Chili-Sauce (z. B. Sriracha)
- Chinesischer Kochwein (z. B. Shaoxing-Wein)
- Knoblauch-Chili-Öl
- Sesamöl (helle und dunkle Varianten)
- Essig (z. B. Reisessig oder andere milde Essigsorten)
- Ingwer-Dip (oder Zutaten für einen selbstgemachten Dip)
- Fischsauce
- Austernsauce
- Banana Catsup oder Ketjap (für experimentierfreudige Köche)

Frische Zutaten für die Zubereitung der Saucen

- Frischer Koriander
- Frische rote und grüne Chilis (gehackt)
- Frischer Ingwer (fein gehackt)
- Knoblauch (gehackt oder gepresst)
- Frühlingszwiebeln (fein gehackt)
- Ungesalzene Erdnüsse (zum Hacken oder Garnieren)