

# Gemüse-Tempura mit Koriander-Dip

## Zutaten für den Tempura-Teig (für 3 Personen):

- 80 g Mehl
- 15 g Stärkemehl
- 5 g Backpulver
- 0,2 TL Salz
- 180 ml Eiswasser

Weizenmehl, Stärkemehl und Backpulver in eine Schüssel sieben und das Salz dazugeben. Alles gut miteinander vermischen. Das Eiswasser hinzufügen und kräftig verrühren. Je kälter das Wasser, desto knuspriger ist am Ende der Teig.

## Zutaten für das Gemüse:

- 1 rote Paprika
- 1 Zucchini
- 1 Aubergine
- 1 Süßkartoffel
- 100 g lose Bohnen
- 500 ml Frittieröl

Paprika, Zucchini und Aubergine waschen, putzen und in Stücke schneiden. Süßkartoffel schälen und in Scheiben schneiden. Bohnen putzen. Öl in einer Fritteuse erhitzen. Das Gemüse durch den Tempura-Teig ziehen und einzeln 2-5 Minuten ausbacken, bis es goldbraun ist. Auf Küchenpapier abtropfen lassen. Alternativ kann man das Gemüse in einer großen Pfanne in reichlich heißem Öl ausbacken.

## Zutaten für den Dip:

- 0,5 Bund Koriander
- 100 ml Sojasoße
- 4 EL Ketchup
- Salz
- Pfeffer

Koriander waschen und fein hacken. Mit Sojasoße, Ketchup, Salz und Pfeffer zu einem würzigen Dip verrühren.

Sendung/Quelle: Familien-Kochduell

Sendetermin: 03.07.2024

Koch/Köchin: Andy Hitzler

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)