

ALOHA KÜCHE

40 HAWAIIANISCHE REZEPTE



Inhaltsverzeichnis:

Inhaltsverzeichnis

1 Ahi-Poke mit Avocado und Sesam.....	3
2 Spam Musubi mit Teriyaki-Glasur.....	3
3 Hawaiianische Garnelen-Tempura.....	4
4 Taro-Chips mit Lilikoi-Dip.....	4
5 Kokosnuss-Garnelen mit Mango-Chutney.....	5
6 Lomi-Lomi-Lachs Häppchen.....	6
7 Ananas-Teriyaki-Spieße.....	6
8 Poi-Fladen mit Räucherlachs.....	7
9 Hawaiianische Frühlingsrollen.....	8
10 Macadamia-Panierter Tofu.....	8
11 Kalua-Schwein mit Süßkartoffel-Püree.....	9
12 Loco Moco mit Pilz-Gravy.....	10
13 Teriyaki-Lachs mit Ananas-Salsa.....	10
14 Hawaiianische Poke-Bowl.....	11
15 Huli-Huli-Hähnchen mit Grillgemüse.....	12
16 Mahi-Mahi mit Mango-Papaya-Salat.....	12
17 Spam-Fried-Rice auf hawaiianische Art.....	13
18 Hawaiianische Rinder-Bulgogi.....	14
19 Kokosnuss-Curry mit Meeresfrüchten.....	14
20 Laulau-Style Schweinefleisch.....	15
21 Hawaiianische Garlic-Shrimp.....	16
22 Aloha-Burger mit Ananas.....	16
23 Hawaiianische Pork-Ribs.....	17
24 Musubi-Risotto mit Meeresfrüchten.....	18
25 Taro-Gnocchi mit Kokosnuss-Sauce.....	18
26 Hawaiianische Seafood-Tacos.....	19
27 Macadamia-Kruste Hähnchen.....	20
28 Hawaiianische Ramen-Suppe.....	20
29 Poi-Pancakes mit Kokosnuss-Sirup.....	21
30 Hawaiianische Poke-Nachos.....	22
31 Haupia-Kokos-Pudding.....	22
32 Mochi-Eis-Bällchen.....	23
33 Lilikoi-Cheesecake.....	24
34 Ananas-Upside-Down-Cake.....	24
35 Malasadas mit Haupia-Füllung.....	25
36 Shave Ice mit Lilikoi-Sirup.....	26
37 Kokos-Mango-Tarte.....	26
38 Butter-Mochi-Kuchen.....	27
39 Kulolo-Taro-Pudding.....	28
40 Macadamia-Eis mit Karamell-Sauce.....	28

1 Ahi-Poke mit Avocado und Sesam

Für 4 Personen

Zutaten:

- 400g Ahi-Thunfisch (sashimi-Qualität)**
- 1 Avocado**
- 2 EL Sojasauce**
- 1 EL Sesamöl**
- 1 TL Sesamsamen**
- 2 Frühlingszwiebeln**
- 1 TL Ingwer (gerieben)**
- 1 TL Limettensaft**
- 1 Prise Hawaiianisches Meersalz**
- Nori-Blätter zum Garnieren**

Zubereitung:

- 1. Thunfisch in 1,5cm große Würfel schneiden**
- 2. Avocado schälen und ebenfalls würfeln**
- 3. Frühlingszwiebeln in dünne Ringe schneiden**
- 4. Ingwer fein reiben**
- 5. Alle Zutaten außer Nori in einer Schüssel vermengen**
- 6. 15 Minuten im Kühlschrank durchziehen lassen**
- 7. Mit Nori-Streifen garniert servieren**

2 Spam Musubi mit Teriyaki-Glasur

Für 4 Personen

Zutaten:

- 1 Dose Spam (340g)**
- 2 Tassen gekochter Sushi-Reis**
- 3 Nori-Blätter**
- 3 EL Sojasauce**
- 2 EL Mirin**
- 1 EL brauner Zucker**
- 1 EL Reisessig**
- 1 TL Sesamöl**
- Reisessig für die Hände**

Zubereitung:

- 1. Spam in 8 gleichmäßige Scheiben schneiden**
- 2. Sojasauce, Mirin, Zucker und Essig zu einer Glasur verrühren**
- 3. Spam-Scheiben in der Pfanne goldbraun braten**
- 4. Glasur hinzufügen und 2 Minuten köcheln lassen**
- 5. Nori-Blätter in Streifen schneiden**
- 6. Reis mit feuchten Händen zu Blöcken formen**
- 7. Spam auf Reis legen und mit Nori-Streifen umwickeln**
- 8. Leicht andrücken und sofort servieren**

3 Hawaiianische Garnelen-Tempura

Für 4 Personen

Zutaten:

- ↳ 500g große Garnelen**
- ↳ 1 Tasse Mehl**
- ↳ 1 Tasse eiskaltes Wasser**
- ↳ 1 Eigelb**
- ↳ 1 TL Backpulver**
- ↳ Öl zum Frittieren**
- ↳ 1 TL Hawaiianisches Meersalz**
- ↳ Süß-saure Sauce zum Dippen**
- ↳ Frische Koriander-Blätter**

Zubereitung:

- 1. Garnelen schälen, Schwanz dran lassen, entdarmen**
- 2. Mehl, Wasser, Eigelb und Backpulver zu glattem Teig verrühren**
- 3. Öl auf 180°C erhitzen**
- 4. Garnelen in Teig tauchen und goldbraun frittieren**
- 5. Auf Küchenpapier abtropfen lassen**
- 6. Mit Meersalz bestreuen**
- 7. Mit Koriander garnieren und mit Sauce servieren**

4 Taro-Chips mit Lilikoi-Dip

Für 4 Personen

Zutaten:

2 große Taro-Wurzeln
öl zum Frittieren
Hawaiianisches Meersalz
3 Lilikoi (Passionsfrüchte)
200g Frischkäse
2 EL Honig
1 EL Limettensaft
1 TL Ingwer (gerieben)

Zubereitung:

- 1. Taro schälen und in dünne Scheiben hobeln**
- 2. öl auf 160°C erhitzen**
- 3. Taro-Scheiben portionsweise frittieren bis knusprig**
- 4. Auf Küchenpapier abtropfen und salzen**
- 5. Lilikoi-Fruchtfleisch auslöffeln**
- 6. Frischkäse, Honig, Limettensaft und Ingwer cremig rühren**
- 7. Lilikoi-Fruchtfleisch unterheben**
- 8. Chips mit Dip servieren**

5 Kokosnuss-Garnelen mit Mango-Chutney

Für 4 Personen

Zutaten:

500g mittelgroße Garnelen
1 Tasse Kokosflocken
1 Tasse Panko-Brösel
2 Eier
1/2 Tasse Mehl
1 reife Mango
1/4 Tasse Reis-Essig
2 EL Zucker
1 kleine Chili
1 TL Ingwer
Korianderblätter

Zubereitung:

- 1. Garnelen schälen und entdarmen**
- 2. Kokosflocken und Panko-Brösel mischen**
- 3. Garnelen in Mehl, dann Ei, dann Kokos-Mischung wenden**
- 4. In heißem öl goldbraun braten**

- 5. Mango würfeln, Chili und Ingwer hacken**
- 6. Mango mit Essig, Zucker, Chili und Ingwer kochen**
- 7. 5 Minuten köcheln lassen**
- 8. Garnelen mit Chutney und Koriander servieren**

6 Lomi-Lomi-Lachs Häppchen

Für 4 Personen

Zutaten:

- ↳200g gesalzener Lachs**
- ↳3 große Tomaten**
- ↳4 Frühlingszwiebeln**
- ↳1 süße Zwiebel**
- ↳2 EL Olivenöl**
- ↳1 TL Knoblauch (gehackt)**
- ↳Schwarzer Pfeffer**
- ↳Kleine Toastscheiben**
- ↳Petersilie**

Zubereitung:

- 1. Lachs 2 Stunden in kaltem Wasser einweichen**
- 2. Lachs zerkleinern und Gräten entfernen**
- 3. Tomaten entkernen und würfeln**
- 4. Zwiebeln fein hacken**
- 5. Alle Zutaten außer Toast vermengen**
- 6. Mit Pfeffer abschmecken**
- 7. 30 Minuten ziehen lassen**
- 8. Auf gerösteten Toastscheiben servieren**

7 Ananas-Teriyaki-Spieße

Für 4 Personen

Zutaten:

- ↳400g Hähnchenbrust**
- ↳1 frische Ananas**
- ↳2 Paprika**
- ↳1 Zwiebel**
- ↳4 EL Sojasauce**

½2 EL Mirin
½2 EL Honig
½1 EL Ingwer (gerieben)
½2 Knoblauchzehen
½Sesamsamen
½Holzspieße

Zubereitung:

- 1. Hähnchenbrustfilet in Würfel schneiden**
- 2. Ananas, Paprika und Zwiebel in Stücke schneiden**
- 3. Sojasauce, Mirin, Honig, Ingwer und Knoblauch verrühren**
- 4. Hähnchen 30 Minuten in Marinade einlegen**
- 5. Hähnchen und Gemüse abwechselnd auf Spieße stecken**
- 6. Unter dem Grill oder auf dem Grillrost 12-15 Minuten garen**
- 7. Dabei mehrfach wenden und mit Marinade bepinseln**
- 8. Mit Sesamsamen bestreuen und servieren**

8 Poi-Fladen mit Räucherlachs

Für 4 Personen

Zutaten:

½300g Taro-Wurzel
½200ml Wasser
½1 TL Salz
½200g Räucherlachs
½100g Frischkäse
½2 EL Kapern
½1 rote Zwiebel
½Dill
½Schwarzer Pfeffer
½Limettenspalten

Zubereitung:

- 1. Taro schälen und kochen bis weich**
- 2. Zu feinem Püree stampfen, Wasser einarbeiten**
- 3. Salzen und zu kleinen Fladen formen**
- 4. Fladen in der Pfanne goldbraun braten**
- 5. Frischkäse cremig rühren**
- 6. Zwiebel in dünne Ringe schneiden**
- 7. Fladen mit Frischkäse bestreichen**
- 8. Lachs, Zwiebeln, Kapern und Dill darauf verteilen**
- 9. Mit Pfeffer würzen und mit Limette servieren**

9 Hawaiianische Frühlingsrollen

Für 4 Personen

Zutaten:

- 8 Reispapier-Blätter**
- 200g gekochte Garnelen**
- 1 Mango**
- 1 Avocado**
- 100g Reismudeln**
- Salat-Blätter**
- Korianderblätter**
- Minze-Blätter**
- 3 EL Sojasauce**
- 2 EL Limettensaft**
- 1 EL Sesam- öl**
- 1 TL Honig**

Zubereitung:

- 1. Reismudeln nach Packungsanweisung zubereiten**
- 2. Garnelen halbieren, Mango und Avocado in Streifen schneiden**
- 3. Reispapier in warmem Wasser einweichen**
- 4. Salat, Kräuter, Garnelen und Früchte auf Reispapier legen**
- 5. Straff einrollen und Enden andrücken**
- 6. Sojasauce, Limettensaft, Sesam- öl und Honig verrühren**
- 7. Rollen halbieren und mit Sauce servieren**

10 Macadamia-Panierter Tofu

Für 4 Personen

Zutaten:

- 400g fester Tofu**
- 100g Macadamianüsse**
- 1 Tasse Panko-Brösel**
- 2 Eier**
- 1/2 Tasse Mehl**
- 3 EL Sojasauce**
- 2 EL Mirin**

1 EL Ingwer (gerieben)
öl zum Braten
Wasabi-Mayo

Zubereitung:

- 1. Tofu in Scheiben schneiden und pressen**
- 2. Macadamianüsse fein hacken und mit Panko mischen**
- 3. Tofu in Sojasauce, Mirin und Ingwer marinieren**
- 4. Tofu in Mehl, Ei, dann Nuss-Brösel-Mischung wenden**
- 5. In heißem öl goldbraun braten**
- 6. Auf Küchenpapier abtropfen lassen**
- 7. Mit Wasabi-Mayo servieren**

11 Kalua-Schwein mit Süßkartoffel-Püree

Für 4 Personen

Zutaten:

1,5kg Schweineschulter
2 EL Hawaiianisches Meersalz
2 EL Liquid Smoke
1kg Süßkartoffeln
100ml Kokosmilch
2 EL Butter
Salz
Pfeffer
Kohl-Blätter zum Garnieren

Zubereitung:

- 1. Schweineschulter mit Salz und Liquid Smoke einreiben**
- 2. In Alufolie wickeln und bei 150°C 4-5 Stunden garen**
- 3. Süßkartoffeln schälen und kochen**
- 4. Süßkartoffeln mit Kokosmilch und Butter zu Püree verarbeiten**
- 5. Fleisch zerfasern und mit eigenem Saft vermengen**
- 6. Püree auf Tellern anrichten**
- 7. Kalua-Schwein darauf geben**
- 8. Mit Kohl-Blättern garnieren**

12 Loco Moco mit Pilz-Gravy

Für 4 Personen

Zutaten:

↳500g Rinderhackfleisch
↳4 Hamburger-Brötchen
↳4 Eier
↳2 Tassen Jasmin-Reis
↳300g Pilze
↳3 EL Butter
↳3 EL Mehl
↳500ml Rinderbrühe
↳2 EL Sojasauce
↳1 Zwiebel
↳Knoblauch
↳Salz
↳Pfeffer

Zubereitung:

- 1. Reis kochen und warm halten**
- 2. Hackfleisch zu 4 Patties formen und braten**
- 3. Eier als Spiegelei braten**
- 4. Zwiebel und Knoblauch anschwitzen**
- 5. Pilze hinzufügen und braten**
- 6. Butter und Mehl einrühren**
- 7. Brühe und Sojasauce zugießen, einkochen lassen**
- 8. Reis auf Tellern anrichten, Patty und Ei darauf**
- 9. Mit Pilz-Gravy übergießen**

13 Teriyaki-Lachs mit Ananas-Salsa

Für 4 Personen

Zutaten:

↳4 Lachs-Filets
↳4 EL Sojasauce
↳2 EL Mirin
↳2 EL Honig
↳1 TL Ingwer

½1 frische Ananas
½1 rote Paprika
½1/2 rote Zwiebel
½2 EL Koriander
½2 EL Limettensaft
½1 Jalapeno
½Jasmin-Reis

Zubereitung:

- 1. Lachs-Filets säubern und trockentupfen**
- 2. Sojasauce, Mirin, Honig und Ingwer verrühren**
- 3. Lachs 30 Minuten in Marinade einlegen**
- 4. Ananas, Paprika und Zwiebel würfeln**
- 5. Jalapeño entkernen und fein hacken**
- 6. Salsa-Zutaten mit Limettensaft und Koriander mischen**
- 7. Lachs in heißer Pfanne braten**
- 8. Mit Ananas-Salsa und Reis servieren**

14 Hawaiianische Poke-Bowl

Für 4 Personen

Zutaten:

½500g Ahi-Thunfisch
½2 Tassen Sushi-Reis
½1 Avocado
½1 Gurke
½100g Edamame
½2 EL Sojasauce
½1 EL Sesamöl
½1 TL Reissessig
½1 TL Sesamsamen
½Nori-Blätter
½Wasabi
½Pickled Ginger

Zubereitung:

- 1. Sushi-Reis nach Packungsanweisung zubereiten**
- 2. Thunfisch in Würfel schneiden**
- 3. Thunfisch mit Sojasauce, Sesamöl und Essig marinieren**
- 4. Avocado in Scheiben, Gurke in Stifte schneiden**
- 5. Edamame aus der Schote lösen**
- 6. Reis in Schüsseln verteilen**

- 7. Thunfisch, Avocado, Gurke und Edamame darauf anrichten**
- 8. Mit Sesamsamen, Nori und Beilagen servieren**

15 Huli-Huli-Hähnchen mit Grillgemüse

Für 4 Personen

Zutaten:

- 1 Hähnchen**
- 4 EL Sojasauce**
- 3 EL Ketchup**
- 3 EL brauner Zucker**
- 2 EL Reisessig**
- 1 EL Ingwer**
- 2 Knoblauchzehen**
- 1 Ananas**
- 2 Zucchini**
- 1 Paprika**
- 1 Zwiebel**
- Olivenöl**

Zubereitung:

- 1. Hähnchen halbieren und flach drücken**
- 2. Sojasauce, Ketchup, Zucker, Essig, Ingwer und Knoblauch verrühren**
- 3. Hähnchen 2 Stunden marinieren**
- 4. Gemüse und Ananas in Stücke schneiden**
- 5. Hähnchen auf dem Grill oder in der Pfanne braten**
- 6. Dabei mehrfach wenden und mit Sauce bestreichen**
- 7. Gemüse mit Olivenöl beträufeln und grillen**
- 8. Hähnchen mit Gemüse servieren**

16 Mahi-Mahi mit Mango-Papaya-Salat

Für 4 Personen

Zutaten:

- 4 Mahi-Mahi-Filets**
- 1 Mango**
- 1 Papaya**

1 Gurke
1 Karotte
2 EL Limettensaft
1 EL Fischsauce
1 EL Zucker
1 Chili
Erdnüsse
Minze
Koriander
Kokosnussöl

Zubereitung:

- 1. Mahi-Mahi-Filets salzen und pfeffern**
- 2. Mango und Papaya in Streifen schneiden**
- 3. Gurke und Karotte julienne schneiden**
- 4. Limettensaft, Fischsauce, Zucker und Chili verrühren**
- 5. Obst und Gemüse mit Dressing mischen**
- 6. Fisch in Kokosnuss- öl braten**
- 7. Erdnüsse hacken und über Salat streuen**
- 8. Fisch mit Salat und Kräutern servieren**

17 Spam-Fried-Rice auf hawaiianische Art

Für 4 Personen

Zutaten:

1 Dose Spam
3 Tassen gekochter Reis
3 Eier
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
100g Erbsen
2 Karotten
3 EL Sojasauce
1 EL Sesamöl
2 Frühlingszwiebeln
Sesamsamen

Zubereitung:

- 1. Spam in Würfel schneiden und kross braten**
- 2. Zwiebel und Knoblauch würfeln**
- 3. Karotten in kleine Würfel schneiden**

- 4. Eier verquirlen und zu Rührei braten**
- 5. Gemüse in der Pfanne anschwitzen**
- 6. Reis, Spam und Rührei hinzufügen**
- 7. Mit Sojasauce und Sesamöl würzen**
- 8. Frühlingszwiebeln und Sesamsamen darüber streuen**

18 Hawaiianische Rinder-Bulgogi

Für 4 Personen

Zutaten:

- ♣600g Rinderfilet**
- ♣4 EL Sojasauce**
- ♣2 EL brauner Zucker**
- ♣2 EL Sesamöl**
- ♣1 Birne**
- ♣4 Knoblauchzehen**
- ♣1 Stück Ingwer**
- ♣1 Zwiebel**
- ♣2 Frühlingszwiebeln**
- ♣Sesamsamen**
- ♣Koreanische Chili-Paste**

Zubereitung:

- 1. Rindfleisch in dünne Streifen schneiden**
- 2. Birne reiben, Knoblauch und Ingwer hacken**
- 3. Marinade aus Sojasauce, Zucker, Sesamöl und Gewürzen mischen**
- 4. Fleisch 1 Stunde marinieren**
- 5. Zwiebel in Streifen schneiden**
- 6. Fleisch in heißer Pfanne scharf anbraten**
- 7. Zwiebel hinzufügen und kurz mitbraten**
- 8. Mit Frühlingszwiebeln und Sesamsamen servieren**

19 Kokosnuss-Curry mit Meeresfrüchten

Für 4 Personen

Zutaten:

- ♣300g Garnelen**
- ♣300g Muscheln**
- ♣400ml Kokosmilch**

½2 EL Curry-Paste
½1 Zwiebel
½2 Knoblauchzehen
½1 Stück Ingwer
½1 Paprika
½100g Bambussprossen
½Thai-Basilikum
½Limettensaft
½Jasmin-Reis

Zubereitung:

- 1. Garnelen schälen, Muscheln reinigen**
- 2. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer hacken**
- 3. Paprika in Streifen schneiden**
- 4. Zwiebel-Mischung in Öl anschwitzen**
- 5. Curry-Paste hinzufügen und kurz rösten**
- 6. Kokosmilch angießen und aufkochen**
- 7. Meeresfrüchte und Gemüse hinzufügen**
- 8. 10 Minuten köcheln lassen**
- 9. Mit Basilikum und Limettensaft abschmecken**
- 10. Mit Reis servieren**

20 Laulau-Style Schweinefleisch

Für 4 Personen

Zutaten:

½800g Schweineschulter
½12 große Kohlblätter
½2 EL Hawaiianisches Meersalz
½Ti-Blätter oder Alufolie
½1 Zwiebel
½2 Süßkartoffeln
½Poi zum Servieren

Zubereitung:

- 1. Schweinefleisch in Stücke schneiden und salzen**
- 2. Kohlblätter blanchieren**
- 3. Zwiebel in Ringe schneiden**
- 4. Süßkartoffeln schälen und halbieren**
- 5. Fleisch in Kohlblätter wickeln**
- 6. In Ti-Blätter oder Alufolie einschlagen**
- 7. Dampfgarer oder Topf mit Dämpfeinsatz verwenden**

- 8. 2-3 Stunden dämpfen**
- 9. Mit Süßkartoffeln und Poi servieren**

21 Hawaiianische Garlic-Shrimp

Für 4 Personen

Zutaten:

- ✂800g große Garnelen**
- ✂8 Knoblauchzehen**
- ✂4 EL Butter**
- ✂2 EL Olivenöl**
- ✂2 EL Sojasauce**
- ✂1 EL Limettensaft**
- ✂1 TL Paprika**
- ✂Salz**
- ✂Pfeffer**
- ✂Petersilie**
- ✂Baguette-Brot**

Zubereitung:

- 1. Garnelen schälen, Schwanz dran lassen**
- 2. Knoblauch fein hacken**
- 3. Butter und Olivenöl in großer Pfanne erhitzen**
- 4. Knoblauch anschwitzen bis goldbraun**
- 5. Garnelen hinzufügen und 2 Minuten braten**
- 6. Sojasauce, Limettensaft und Paprika hinzufügen**
- 7. Weitere 2 Minuten braten**
- 8. Mit Salz und Pfeffer abschmecken**
- 9. Mit Petersilie bestreuen und Brot servieren**

22 Aloha-Burger mit Ananas

Für 4 Personen

Zutaten:

- ✂4 Rindfleisch-Patties**
- ✂4 Burger-Brötchen**
- ✂4 Ananas-Scheiben**

4 Käse-Scheiben
Salat
Tomaten
Rote Zwiebel
Avocado
Teriyaki-Sauce
Mayonnaise
Sriracha

Zubereitung:

- 1. Patties würzen und grillen**
- 2. Ananas-Scheiben grillen**
- 3. Brötchen aufschneiden und toasten**
- 4. Avocado in Scheiben schneiden**
- 5. Zwiebel in Ringe schneiden**
- 6. Mayo mit Sriracha mischen**
- 7. Brötchen mit Sauce bestreichen**
- 8. Salat, Patty, Käse, Ananas und Gemüse schichten**
- 9. Mit Teriyaki-Sauce beträufeln**

23 Hawaiianische Pork-Ribs

Für 4 Personen

Zutaten:

1,5kg Schweinerippchen
4 EL brauner Zucker
2 EL Salz
1 EL Paprika
1 TL Knoblauchpulver
1 TL Ingwerpulver
4 EL Sojasauce
3 EL Honig
2 EL Reisessig
1 EL Sesamöl
Ananas-Saft

Zubereitung:

- 1. Rippchen mit Zucker, Salz und Gewürzen einreiben**
- 2. 2 Stunden marinieren lassen**
- 3. Sojasauce, Honig, Essig und Sesamöl verrühren**

- 4. Rippchen in Alufolie wickeln**
- 5. Bei 160°C 2,5 Stunden backen**
- 6. Folie öffnen und Sauce aufstreichen**
- 7. Weitere 30 Minuten ohne Folie backen**
- 8. Mit Ananas-Saft beträufeln und servieren**

24 Musubi-Risotto mit Meeresfrüchten

Für 4 Personen

Zutaten:

- ↳300g Risotto-Reis**
- ↳500g gemischte Meeresfrüchte**
- ↳1 Liter Fischfond**
- ↳1 Zwiebel**
- ↳2 Knoblauchzehen**
- ↳100ml Weißwein**
- ↳2 EL Butter**
- ↳2 EL Sojasauce**
- ↳1 EL Mirin**
- ↳Nori-Blätter**
- ↳Sesamsamen**

Zubereitung:

- 1. Zwiebel und Knoblauch fein hacken**
- 2. In Butter anschwitzen**
- 3. Reis hinzufügen und glasig dünsten**
- 4. Mit Weißwein ablöschen**
- 5. Heißen Fischfond nach und nach hinzufügen**
- 6. 20 Minuten unter Rühren kochen**
- 7. Meeresfrüchte in letzten 5 Minuten hinzufügen**
- 8. Sojasauce und Mirin einrühren**
- 9. Mit Nori-Streifen und Sesamsamen garnieren**

25 Taro-Gnocchi mit Kokosnuss-Sauce

Für 4 Personen

Zutaten:

↳500g Taro-Wurzel
↳200g Mehl
↳1 Ei
↳1 TL Salz
↳400ml Kokosmilch
↳2 EL Butter
↳1 Zwiebel
↳2 Knoblauchzehen
↳1 EL Ingwer
↳Limettensaft
↳Koriander
↳Chili-Flocken

Zubereitung:

- 1. Taro kochen und zu Püree verarbeiten**
- 2. Mit Mehl, Ei und Salz zu Teig kneten**
- 3. Zu Rollen formen und in Stücke schneiden**
- 4. Mit Gabel Rillen eindrücken**
- 5. In Salzwasser kochen bis sie schwimmen**
- 6. Zwiebel, Knoblauch und Ingwer anschwitzen**
- 7. Kokosmilch hinzufügen und einkochen**
- 8. Gnocchi in Sauce schwenken**
- 9. Mit Koriander und Chili garnieren**

26 Hawaiianische Seafood-Tacos

Für 4 Personen

Zutaten:

↳500g Weißer Fisch
↳8 Mais-Tortillas
↳1 Kohl (gehobelt)
↳1 Mango
↳1 Avocado
↳1 Limette
↳2 EL Mayonnaise
↳1 EL Sriracha
↳Koriander
↳Radieschen
↳Mexicanische Gewürze

Zubereitung:

- 1. Fisch mit Gewürzen einreiben**
- 2. In heißer Pfanne braten**
- 3. Kohl fein hobeln**
- 4. Mango und Avocado würfeln**
- 5. Mayo mit Sriracha und Limettensaft verrühren**
- 6. Tortillas erwärmen**
- 7. Fisch in Stücke teilen**
- 8. Tacos mit Kohl, Fisch, Mango und Avocado füllen**
- 9. Mit Sauce beträufeln und Koriander garnieren**

27 Macadamia-Kruste Hähnchen

Für 4 Personen

Zutaten:

- 4 Hähnchenbrust-Filets**
- 150g Macadamia-Nüsse**
- 100g Panko-Brösel**
- 2 EL Mehl**
- 2 Eier**
- 2 EL Dijon-Senf**
- Salz**
- Pfeffer**
- Süßkartoffel-Pommes**
- Honig-Senf-Sauce**

Zubereitung:

- 1. Hähnchenbrust flach klopfen**
- 2. Salzen und pfeffern**
- 3. Macadamia-Nüsse fein hacken**
- 4. Mit Panko-Brösel mischen**
- 5. Hähnchen in Mehl, Ei, dann Nuss-Mischung wenden**
- 6. Bei 180°C 25 Minuten backen**
- 7. Süßkartoffel-Pommes als Beilage zubereiten**
- 8. Mit Honig-Senf-Sauce servieren**

28 Hawaiianische Ramen-Suppe

Für 4 Personen

Zutaten:

- 4 Portionen Ramen-Nudeln**
- 1 Liter Hühnerbrühe**
- 400ml Kokosmilch**
- 2 EL Miso-Paste**
- 2 EL Sojasauce**
- 1 EL Sesamöl**
- 2 Eier**
- 100g Spam**
- Frühlingszwiebeln**
- Nori-Blätter**
- Sesamsamen**

Zubereitung:

- 1. Brühe mit Kokosmilch erhitzen**
- 2. Miso-Paste einrühren**
- 3. Sojasauce und Sesamöl hinzufügen**
- 4. Eier 6 Minuten kochen und halbieren**
- 5. Spam in Scheiben braten**
- 6. Ramen-Nudeln kochen**
- 7. In Schüsseln verteilen**
- 8. Mit heißer Brühe übergießen**
- 9. Eier, Spam, Frühlingszwiebeln und Nori darauf verteilen**

29 Poi-Pancakes mit Kokosnuss-Sirup

Für 4 Personen

Zutaten:

- 200g Poi**
- 150g Mehl**
- 2 EL Zucker**
- 1 TL Backpulver**
- 1 Ei**
- 200ml Milch**
- 2 EL Butter**
- 200ml Kokosmilch**
- 100g Zucker**
- 1 TL Vanille**
- Kokosraspel**
- Früchte**

Zubereitung:

- 1. Poi, Mehl, Zucker und Backpulver mischen**
- 2. Ei und Milch verrühren**
- 3. Zu glattem Teig verarbeiten**
- 4. Butter in Pfanne erhitzen**
- 5. Pancakes portionsweise braten**
- 6. Kokosmilch mit Zucker und Vanille kochen**
- 7. Zu Sirup einreduzieren**
- 8. Pancakes mit Sirup und Kokosraspel servieren**

30 Hawaiianische Poke-Nachos

Für 4 Personen

Zutaten:

- 400g Ahi-Thunfisch**
- 200g Wonton-Chips**
- 2 EL Sojasauce**
- 1 EL Sesamöl**
- 1 Avocado**
- 1 Gurke**
- 2 EL Mayonnaise**
- 1 EL Sriracha**
- Sesamsamen**
- Nori-Blätter**
- Wasabi**

Zubereitung:

- 1. Thunfisch würfeln und marinieren**
- 2. Wonton-Chips auf Teller verteilen**
- 3. Avocado und Gurke würfeln**
- 4. Sriracha-Mayo zubereiten**
- 5. Poke über Chips verteilen**
- 6. Avocado und Gurke darauf geben**
- 7. Mit Sauce beträufeln**
- 8. Sesamsamen und Nori-Streifen darüber streuen**

31 Haupia-Kokos-Pudding

Für 6 Personen

Zutaten:

↳400ml Kokosmilch
↳100g Zucker
↳50g Maisstärke
↳1 Prise Salz
↳1 TL Vanille
↳Kokosraspel
↳Ananas-Stücke
↳Minze

Zubereitung:

- 1. Kokosmilch mit Zucker und Salz erhitzen**
- 2. Maisstärke mit wenig Wasser anrühren**
- 3. In die heiße Kokosmilch einrühren**
- 4. Unter Rühren kochen bis dickflüssig**
- 5. Vanille hinzufügen**
- 6. In Förmchen füllen**
- 7. 4 Stunden kühl stellen**
- 8. Mit Kokosraspel und Ananas garnieren**

32 Mochi-Eis-Bällchen

Für 6 Personen

Zutaten:

↳200g Mochiko (Reismehl)
↳250ml Wasser
↳100g Zucker
↳1 TL Vanille
↳Vanille-Eis
↳Erdbeer-Eis
↳Matcha-Eis
↳Maisstärke zum Bestäuben

Zubereitung:

- 1. Mochiko, Wasser und Zucker verrühren**
- 2. In der Mikrowelle 2 Minuten erhitzen**

- 3. Umrühren und weitere 2 Minuten erhitzen**
- 4. Vanille hinzufügen**
- 5. Auf bemehlte Fläche geben**
- 6. In Portionen teilen**
- 7. Eis-Kugeln in Mochi-Teig einschlagen**
- 8. Verschluss nach unten legen**
- 9. 30 Minuten tiefkühlen**

33 Lilikoi-Cheesecake

Für 6 Personen

Zutaten:

- 200g Keksbrösel**
- 100g Butter**
- 500g Frischkäse**
- 150g Zucker**
- 3 Eier**
- 200ml Sauerrahm**
- 6 Lilikoi (Passionsfrüchte)**
- 2 EL Honig**
- 1 EL Maisstärke**

Zubereitung:

- 1. Keksbrösel mit Butter mischen**
- 2. In Springform andrücken**
- 3. Frischkäse und Zucker cremig rühren**
- 4. Eier einzeln einrühren**
- 5. Sauerrahm hinzufügen**
- 6. Lilikoi-Fruchtfleisch mit Honig verrühren**
- 7. Unter die Käse-Masse heben**
- 8. Bei 160°C 50 Minuten backen**
- 9. Abkühlen lassen und servieren**

34 Ananas-Upside-Down-Cake

Für 6 Personen

Zutaten:

- 1 frische Ananas**
- 100g Butter**

↳150g brauner Zucker
↳200g Mehl
↳150g Zucker
↳2 Eier
↳150ml Milch
↳1 TL Backpulver
↳1 TL Vanille
↳Maraschino-Kirschen

Zubereitung:

- 1. Ananas schälen und in Scheiben schneiden**
- 2. Butter und braunen Zucker in Kuchenform schmelzen**
- 3. Ananas-Scheiben darauf legen**
- 4. Kirschen in die Mitte setzen**
- 5. Mehl, Zucker, Eier, Milch und Backpulver verrühren**
- 6. Teig über Ananas gießen**
- 7. Bei 180°C 45 Minuten backen**
- 8. Stürzen und warm servieren**

35 Malasadas mit Haupia-Füllung

Für 6 Personen

Zutaten:

↳500g Mehl
↳50g Zucker
↳1 Päckchen Trockenhefe
↳3 Eier
↳250ml Milch
↳50g Butter
↳200ml Kokosmilch
↳50g Maisstärke
↳ÖL zum Frittieren
↳Puderzucker
↳Zimt

Zubereitung:

- 1. Hefe in warmer Milch auflösen**
- 2. Mehl, Zucker, Eier und Butter zu Teig kneten**
- 3. 1 Stunde gehen lassen**
- 4. Haupia-Füllung aus Kokosmilch und Maisstärke kochen**
- 5. Teig ausrollen und Quadrate schneiden**
- 6. Füllung in die Mitte geben**

- 7. Zu Bällen formen**
- 8. In heißem Öl frittieren**
- 9. Mit Puderzucker und Zimt bestäuben**

36 Shave Ice mit Lilikoi-Sirup

Für 6 Personen

Zutaten:

- ↳2 Liter Eis**
- ↳6 Lilikoi**
- ↳200g Zucker**
- ↳200ml Wasser**
- ↳1 TL Limettensaft**
- ↳Rote Lebensmittelfarbe**
- ↳Blaue Lebensmittelfarbe**
- ↳Kondensmilch**
- ↳Rote Bohnen**
- ↳Mochi-Stücke**

Zubereitung:

- 1. Lilikoi-Fruchtfleisch mit Zucker und Wasser kochen**
- 2. Zu Sirup einkochen**
- 3. Weitere Sirupe mit Lebensmittelfarbe herstellen**
- 4. Eis mit Eisrasppler sehr fein raspeln**
- 5. Hohe Kegel in Bechern formen**
- 6. Verschiedene Sirupe darüber gießen**
- 7. Mit Kondensmilch beträufeln**
- 8. Bohnen und Mochi als Topping hinzufügen**

37 Kokos-Mango-Tarte

Für 6 Personen

Zutaten:

- ↳200g Mehl**
- ↳100g Butter**
- ↳50g Zucker**
- ↳1 Ei**
- ↳2 reife Mangos**
- ↳400ml Kokosmilch**

3 Eier
100g Zucker
2 EL Maisstärke
Kokosraspel
Minze

Zubereitung:

- 1. Mürbeteig aus Mehl, Butter, Zucker und Ei kneten**
- 2. Tarteform auskleiden**
- 3. Blind backen bei 180°C 15 Minuten**
- 4. Mango schälen und in Scheiben schneiden**
- 5. Kokosmilch, Eier, Zucker und Maisstärke verrühren**
- 6. Mango auf Tarteboden verteilen**
- 7. Kokos-Creme darüber gießen**
- 8. Weitere 30 Minuten backen**
- 9. Mit Kokosraspel und Minze garnieren**

38 Butter-Mochi-Kuchen

Für 6 Personen

Zutaten:

450g Mochiko (Reismehl)
400g Zucker
2 TL Backpulver
1 TL Salz
6 Eier
400ml Kokosmilch
200ml Vollmilch
100g Butter
1 TL Vanille
Sesamsamen

Zubereitung:

- 1. Mochiko, Zucker, Backpulver und Salz mischen**
- 2. Eier verquirlen**
- 3. Kokosmilch, Milch und geschmolzene Butter hinzufügen**
- 4. Vanille einrühren**
- 5. Trockene Zutaten unterrühren**
- 6. In gefettete Form gießen**
- 7. Mit Sesamsamen bestreuen**
- 8. Bei 180°C 60 Minuten backen**

9. Abkühlen lassen und in Quadrate schneiden

39 Kulolo-Taro-Pudding

Für 6 Personen

Zutaten:

- ↳500g Taro-Wurzel**
- ↳400ml Kokosmilch**
- ↳150g brauner Zucker**
- ↳1 TL Vanille**
- ↳1 Prise Salz**
- ↳Ti-Blätter oder Backpapier**
- ↳Kokosraspel zum Garnieren**

Zubereitung:

- 1. Taro schälen und reiben**
- 2. Kokosmilch, Zucker, Vanille und Salz hinzufügen**
- 3. Gut vermischen**
- 4. Ti-Blätter oder Backpapier auslegen**
- 5. Mischung darauf verteilen**
- 6. Fest einwickeln**
- 7. Im Dampfgarer 2 Stunden dämpfen**
- 8. Abkühlen lassen und in Scheiben schneiden**
- 9. Mit Kokosraspel garnieren**

40 Macadamia-Eis mit Karamell-Sauce

Für 6 Personen

Zutaten:

- ↳500ml Sahne**
- ↳250ml Milch**
- ↳150g Zucker**
- ↳6 Eigelb**
- ↳200g Macadamia-Nüsse**
- ↳1 TL Vanille**
- ↳200g Zucker für Karamell**
- ↳100ml Sahne für Karamell**
- ↳2 EL Butter**

♣Meersalz

Zubereitung:

- 1. Sahne und Milch erhitzen**
- 2. Eigelb mit Zucker schaumig rühren**
- 3. Heiße Milch einrühren**
- 4. Custard bei schwacher Hitze eindicken**
- 5. Macadamia-Nüsse hacken und rösten**
- 6. Unter die Custard rühren**
- 7. In Eismaschine gefrieren**
- 8. Für Karamell Zucker schmelzen**
- 9. Sahne und Butter einrühren**
- 10. Eis mit Karamell und Salz servieren**

E´ ai kāua!