

Vietnamesische Reiskällchen

Knuspriger Sesam, weicher Reisteig, cremige Mungbohnen-Füllung. Vietnamesische Reiskällchen sind die pure Verführung! Allein der nussige Duft ist unwiderstehlich und versetzt einen sofort an die kleinen Streetfood-Stände Hanois. Wir lieben die Klebreiskällchen als Dessert nach einem vietnamesischen Dinner oder als exotischen Snack zwischendurch. Backe dir jetzt deine eigenen Bánh Cam Källchen und ich verspreche dir, diese kleinen Sesamkällchen werden sofort dein Herz erobern!



Vietnamesische Reisbällchen | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (32 Bällchen): 115 Gramm getrocknete Mungbohnen | 50 Gramm Zucker | 30 Gramm Kartoffelflocken | 110 Gramm Klebreismehl | 25 Gramm Mehl | 25 Gramm Reismehl | 1,5 Teelöffel Backpulver | 0,5 Teelöffel Salz | 160 Milliliter Wasser | 12 Gramm Zucker | 60 Gramm Sesam | 500 Milliliter Reisöl zum Frittieren



Vietnamesische Reisbällchen | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (1 Tag): 1. Mungbohnen mehrfach waschen, mit heißem Wasser bedecken und über Nacht ziehen lassen. 2. Mungbohnen dämpfen, bis sie so weich sind, dass sie sich mit dem Finger zerdrücken lassen. 3. Mungbohnen mit einer Gabel zerdrücken (ggf. etwas Wasser hinzugeben), bis eine kartoffelbreiartige Konsistenz entsteht. 4. Alle drei Mehlararten, mit Kartoffelflocken, 50 Gramm Zucker, Salz und Backpulver vermengen. 5. So viel Wasser hinzugeben, bis ein samtiger, gut knetbarer Teig entsteht. 6. Teig zwei Stunden ruhen lassen. 7. Mungbohnen mit Zucker vermengen. 8. Mungbohnen-Masse und Teig in jeweils 32 Stücke teilen. Teig danach abdecken, damit er nicht austrocknet. 9. Jeweils eine Teigkugel flachdrücken, die Mungbohnen-Masse in die Mitte geben und den Teig vorsichtig mit den Fingern verschließen. Kugel vorsichtig in den Händen rollen, bis sie komplett rund ist. 10. Kugel im Sesam rollen. 11. Vorgang wiederholen, bis 32 Reisbällchen entstanden sind. 12. Reisöl erhitzen (es ist heiß genug, wenn an einem ins Öl gehaltene Esstäbchen aus Holz viele Blasen aufsteigen). 13. Reisbällchen in kleinen Portionen frittieren, dabei ggf. mit Esstäbchen im Öl wenden. 14. Reisbällchen auf einem Holzbrett abtropfen lassen.

Das Rezept gefällt dir? Dann probier meine orientalischen [Sesam-Kokos-Bällchen](#)! Jetzt noch mehr [vietnamesische Rezepte](#) und weiteres [Feingeback](#) entdecken!

Nährwerte/Bällchen: 55 Kalorien | 1,6 Gramm Fett | 8,2 Gramm Kohlenhydrate | 1,8 Gramm Eiweiß