KIKKOMAN

Chanko-nabe – japansk sumo hot pot

Samlet tid **45 min.** **30 min.** Arbejdstid **15 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
2.594 kJ / 596 kcal

Fedt: **34,8 g** Protein: **34,1 g**
Kulhydrater: **41,7 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

Suppe:

800 ml	vand
4 spsk.	Kikkoman Koncentreret Ramen Nudelsuppe Base - Shoyu (sojasauce) Smag
2 tsk.	Kikkoman Ristet Sesamolie
1	fed hvidløg, i skiver

Grøntsager:

400 g	kinakål (½ kålhoved)
1	porre
200 g	kinaradise (daikon)
150 g	gulerod
150 g	svampe (f.eks. shiitake, enoki)
200 g	tofu
200 g	forkogte udonnudler

Kødboller:

400 g	hakket kød, enhver slags
100 g	tofu
1 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
1 tsk.	Kikkoman Sødtsmagende Krydderi til Madlavning i Mirin-stil
2 tsk.	revet ingefær
3	forårsløg, finthakket
2 spsk.	majsstivelse
	En knivspids sort peber

Dips:

4 spsk.	Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce,

FREMGANGSMÅDE

Step 1

800 ml vand - **4 spsk.** Kikkoman Koncentreret Ramen Nudelsuppe Base - Shoyu (sojasauce) Smag - **2 tsk.** Kikkoman Ristet Sesamolie - **1** fed hvidløg, i skiver
Hæld vand, Kikkoman ramen suppebase, Kikkoman sesamolie og skiveskåret hvidløg i en gryde.

Step 2

400 g kinakål (½ kålhoved) - **1** porre - **200 g** kinaradise (daikon) - **150 g** gulerod - **150 g** svampe (f.eks. shiitake, enoki) - **200 g** tofu
Skær kålen i mundrette stykker. Skær porren over på langs. Fjern svampenes stilke, hvis det er nødvendigt, og skil enoki-svampene fra hinanden. Brug en skræller til at skære kinaradisen i skiver og guleroden i tynde bånd. Skær tofu i 8 stykker.

Step 3

400 g hakket kød, enhver slags - **100 g** tofu - **1 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **1 tsk.** Kikkoman Sødtsmagende Krydderi til Madlavning i Mirin-stil - **2 tsk.** revet ingefær - **3** forårsløg, finthakket - **2 spsk.** majsstivelse - En knivspids sort peber
Bland det hakkede kød, smuldret tofu, finthakket forårsløg, revet ingefær, majsstivelse, Kikkoman sojasauce, Kikkoman krydderi i mirin-stil og sort peber godt sammen. Form farsen til mundrette kødboller, og anret dem på et fad.

Step 4

200 g forkogte udonnudler
Bring suppen fra step 1 i kog. Tilsæt kødbollerne fra step 3, læg låg på, og tilbered dem i 10

	eddike og yuzusaft
1	forårsløg, finthakket
4 spsk.	Kikkoman Sesam Sauce
	En knivspids lyserød peber

minutter. Tilsæt grøntsager og tofu fra step 2, og lad det hele simre, indtil alle grøntsager er møre. I traditionelle hot pot-måltider bliver nudler først tilsat til suppen, når både de fleste kødboller og grøntsager er blevet spist. Udonnudlerne tilsættes derfor først, når det andet næsten er spist. Varm dem godt i suppen, og server suppen med nudler som sidste ret.

Step 5

4 spsk. Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og yuzusaft - **1** forårsløg, finthakket - **4 spsk.** Kikkoman Sesam Sauce - En knivspids lyserød peber

Bland de finthakkede forårsløg med Kikkoman ponzu yuzu i en lille skål. Bland Kikkoman sesamsauce med lyserøde peberkorn i en anden skål. Server den færdige hot pot med de færdige dips.