

Sundubu – koreansk hotpot med blød tofu

Samlet tid **40 min.** 20 min. Arbejdstid 20 min. Tilberedningstid

Næringsindhold:

1.820 kJ / 435 kcal

Fedt: **21 g** Protein: **31 g**

Kulhydrater: **31 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

1	løg
1	squash
1 bundt	bundt forårsløg
2 tsk.	<u>Kikkoman Ristet Sesamolie</u>
150 g	kimchi
800 ml	vand
2 spsk.	<u>Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce</u>
3 spsk.	<u>Kikkoman Krydret Chilisauc</u> <u>til Kimchi</u>
400 g	frossen skaldyrsmix
400 g	blød tofu
150 g	blandede svampe (shimeji, enoki eller lignende svampe)
4	æg Rød chili, fintsnittet, efter smag
80 g	instant ramennudler
30 g	revet ost

FREM GANGSMÅDE

Step 1

1 løg - **1** squash - **1 bundt** bundt forårsløg
Skær løget i skiver og squashen i 1 cm tykke skiver.
Skær forårsløgene i tynde skiver på tværs.

Step 2

2 tsk. Kikkoman Ristet Sesamolie - **150 g** kimchi -
800 ml vand - **2 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget
Sojasauce - **3 spsk.** Kikkoman Krydret Chilisauc
til Kimchi - **400 g** frossen skaldyrsmix

Bouillon:

Varm Kikkoman ristet sesamolie op i en stor gryde.
Tilsæt kimchi, og svits, indtil det dufter aromatisk.
Rør løget fra Trin 1, vand, Kikkoman naturligt
brygget sojasauce og Kikkoman krydret chilisauc
til kimchi i, og bring det i kog. Tilsæt den frosne
skaldyrsmix, og lad det småkoge, til skaldyrene er
gennemtilberedte.

Step 3

400 g blød tofu - **150 g** mixed mushrooms
(shimeji, enoki or similar mushrooms) - **4** æg - Rød
chili, fintsnittet, efter smag
Bræk den bløde tofu forsigtigt i store stykker, og
kom dem i boullonen fra Trin 2. Tilsæt squashen
fra Trin 1 samt de blandede svampe. Lad det koge,
til grøntsagerne er møre. Slå æggene ud direkte i
boullonen, og tilbered dem efter ønske. Tilsæt
forårsløgene fra trin 1, og lad det småkoge
kortvarigt. Top med den fintsnittede røde chili efter
smag.

Step 4

80 g instant ramennudler - **30 g** revet ost
Afslut med ramen: Bræk instant ramennudlerne

ned i den resterende bouillon, og kog, til de er møre. Top eventuelt med revet ost, og server straks.