

Daikon-rettich Shabu-Shabu

total tid **20 min.** 20 min. tilberedningstid

Næringsinnhold (per porsjon):

1218 kJ / 291 kcal

INGREDIENSE

R

2 porsjoner

- 300 g** rettich (Daikon)
- 150 g** tynnskivet svine- eller oksekjøtt til koking
- 40 g** gulrøtter
- 0,5** pakning Shirataki-nudler (alternativt: glassnudler - lettkokt)
- 1 bunt** Mizuna (alternativt: spinat)

etter smak:

Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer
Kikkoman Sesam-Dressing

For the tsuyu stock:

- 2 kopp** vann
- 2 kopp** hønse- eller grønnsakbuljong
- 2 ss** Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus
- 2 ss** hvitvin (etter ønske)
- 1 ts** sukker

TILBEREDNING

Steg 1

Skjær opp rettichen i 15 cm lange tynne strimler. Skjær svinekjøttet / storfekjøttet i tynne og store skiver, skjær gulrøttene og Mizuna (eller spinat) grovt i strimler på 5 cm lengde. Blansjer Shirataki-nudlene (eller glassnudlene). Bland alle ingrediensene til buljongen i en gryte og tilsett de resterende ingrediensene. Smak til ved å dyppe ingrediensene i ponzu- eller sesamsaus, og nyt måltidet.