

Hot pot med soyamelk i Dandan-stil

total tid **30 min.** 20 min. tilberedningstid 10 min. koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
2.506 kJ / 599 kcal

Fett: **39,6 g** Protein: **36,8 g**
Karbohydrater: **31,5 g**

INGREDIENSER

4 porsjoner

200 g	sopp (f.eks. enoki, shiitake, kongeosterssopp)
200 g	rucola
150 g	bønnespirer
2	purreløk
2	hoder pak choy
300 g	tofu
150 g	forkokte kinesiske nudler

Suppebasen:

1 ss	hakket hvitløk
1 ss	hakket ingefær
1 ts	sichuanpepper, malt
0,5 ts	knust tørket chili
300 g	kjøttdeig, valgfri type
2 ss	tahini
2 ss	<u>Kikkoman ristet Sesamolje</u>
3 ss	<u>Kikkoman Konsentrert Ramen Nudelsuppe Base - Shoyu (Sojasaus) Smak</u>
2 ss	<u>Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus</u>
2 ts	salt
1 liter	soyamelk, usøtet
1 ss	chiliolje
	En klype chilitråder

TILBEREDNING

Steg 1

200 g sopp (f.eks. enoki, shiitake, kongeosterssopp) - **200 g** rucola - **150 g** bønnespirer - **2** purreløk - **2** hoder pak choy - **300 g** tofu
Rens soppen og skjær den i biter. Vask rucola og bønnespirer. Finhakk den hvite delen av purreløken. Skjær et snitt langs begge sider av resten av purren, skyll bort eventuell jord, og skjær den deretter i skrå skiver. Skjær pak choy på langs i 8 biter, og skjær tofuen i 8 biter.

Steg 2

2 ss Kikkoman ristet Sesamolje - **1 ss** hakket hvitløk - **1 ss** hakket ingefær - chopped white part of the leek from step 1 - **1 ts** sichuanpepper, malt - **0,5 ts** knust tørket chili - **300 g** kjøttdeig, valgfri type - **2 ss** tahini - **3 ss** Kikkoman Konsentrert Ramen Nudelsuppe Base - Shoyu (Sojasaus) Smak - **2 ss** Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus - **2 ts** salt - **1 liter** soyamelk, usøtet
Varm opp Kikkoman Sesamolje i en gryte. Tilsett hakket hvitløk, ingefær, den hakkede hvite delen av purren fra steg 1, sichuanpepper og knust chili, og rør til duftene slippes. Tilsett kjøttdeig og brun den. Tilsett tahini, Kikkoman Soyasaus, Kikkoman Ramen Suppebase, salt og soyamelk. Bland godt.

Steg 3

En klype chilitråder - **1 ss** chiliolje, til servering eller topping - **150 g** forkokte kinesiske nudler
Ha sopp, rucola, bønnespirer, resten av purren, pak choy og tofu fra steg 1 i gryten og la det småkoke forsiktig til alt er gjennomkokt. Server toppet med chilitråder og chiliolje. I tradisjonelle hot pot-

måltider er det vanlig å tilsette nudlene på slutten for å gjøre bruk av kraften som er igjen. Når de fleste grønnsakene og tofuen er spist, legger du de kinesiske nudlene i gryten. La dem bli gjennomvarme i kraften, og server dem som den siste retten.