

Tom yum goong hot pot

total tid **40 min.** 20 min. tilberedningstid 20 min. koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
2.730 kJ / 653 kcal

Fett: **39 g** Protein: **38 g**
Karbohydrater: **40 g**

INGREDIENSER

4 porsjoner

8	hele reker med hode Hoder og skall fra rekene
20 g	ingefær
6 dl	vann
1	rød chili
3 g	kinakål
1	løk
2	stilker stangselleri
8	cherrytomater
10 g	tørket judasøresopp
150 g	bambusskudd i vann
40 g	koriander
400 g	kyllingbryst
100 g	glassnudler
4 dl	kokosmelk
90 dl	<u>Kikkoman Ponzu - En</u> <u>Blanding av Soyasaus,</u> <u>eddik og Sitronaroma</u>
0,6 dl	chiliolje

TILBEREDNING

Steg 1

8 hele reker med hode - Hoder og skall fra rekene - **20 g** ingefær - **6 dl** vann - **1** rød chili
Skyll rekene. Fjern hoder og skall, og ta vare på dem til kraften. Lag et grunt snitt langs ryggen på hver reke med en liten kniv og fjern tarmen. Skjær ingefæren i tynne fyrstikkstrimler. Finhakk den røde chilien hvis du ønsker en sterkere smak. Ha rekehoder og rekeskall i en stor gryte og tørrstek dem på middels varme. Stek til skallene blir sterkt rosa og begynner å klistre seg lett til grytebunnen. Tilsett vann, ingefær og chili. Kok opp og la det småkoke i 10 minutter. Fjern skum som måtte legge seg på overflaten.

Steg 2

300 g kinakål - **1** løk - **2** stilker stangselleri - **8** cherrytomater - **10** tørket judasøresopp - **150 g** bambusskudd i vann - **40 g** koriander - **400 g** kyllingbryst - **100 g** glassnudler
Vask alle grønnsakene grundig. Skjær kinakålen i munnfullstore biter. Skrell løken og skjær den i tynne båter. Fjern eventuelle seige tråder fra stangsellerien og skjær den i skrå skiver. Del cherrytomatene i to.
Skyll den tørkede judasøresoppen raskt og bløtlegg den i rikelig med vann til den er myk.
Riv større sopp i munnfullstore biter. Skjær bambusskuddene i tynne skiver. Grovhakk korianderen. Skjær kyllingbrystet i tynne skiver. Bløtlegg glassnudlene i vann i henhold til anvisningen på pakken.

Steg 3

4 dl kokosmelk - **90 dl** Kikkoman Ponzu - En

Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaroma - **0,5**
dl chiliolje

Hell kraften fra steg 1 gjennom en fin sil og ha den tilbake i gryten. Tilsett kokosmelk, Kikkoman Ponzu Sitron og chiliolje. Kok forsiktig opp.

Steg 4

Ha kinakål, løk, stangselleri, cherrytomater, judasøresopp og bambusskudd oppi kraften. Kok opp og la det koke til grønnsakene begynner å bli møre. Tilsett kyllingbrystet og rekene fra steg 1. Kok til kyllingen er gjennomkokt og rekene er rosa og ugjennomsiktige. Dryss over koriander.

Steg 5

Ha glassnudlene oppi den gjenværende kraften. Kok i 1–2 min eller til nudlene er møre, og server.