

Rezept für den Oktober:

„*Katsu-Don*“



●Zutaten für 2 Portionen

2 Scheiben Schweinefleisch (Lende) / (etwa 100g pro Portion) 200g \* 1cm - 1,5cm dick

1 Prise Salz und Pfeffer

Frittieröl nach Geschmack

400-500g Reis

1/2 Zwiebel

70ml *Dashi* (Suppenbrühe)

25ml Sojasauce

35ml *Mirin*

3 Eier

1 Bund Frühlingszwiebeln

*Koromo* (Überzug)

3EL Mehl (Typ 405)

ein Ei

1EL Wasser

ca. 40-45g *Panko* (Paniermehl)

●Zubereitung

1. Die Sehnen im Fleisch anritzen und beide Seiten mit Salz und Pfeffer bestreuen.
2. Mehl, Ei und Wasser zu Koromo mischen und beide Seiten des Fleisches vollständig bedecken. In Öl bei 170~180°C frittieren, bis sie knusprig braun sind.
3. Die Zwiebeln in 5 mm große Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln schräg in Scheiben schneiden. Die Eier mischen. Das gebratene Schweinefleisch in 1 bis 1.5 cm große Stücke schneiden.
4. Zwiebeln, *Dashi* (Suppenbrühe), Sojasauce und *Mirin* in eine Pfanne geben, erhitzen und kochen, bis die Zwiebeln weich sind.
5. Das geschnittene Schweinefleisch auf die Pfanne geben, das Ei darüber gießen und mit den geschnittenen Frühlingszwiebeln bestreuen.
6. Die Pfanne mit einem Deckel abdecken und die Eier gewünschte Konsistenz erhalten.
7. Eine Portion Reis in eine Schüssel geben und die Hälfte aus der Pfanne darauf geben.

(Speise: Frau NIWA Mikiko, offizielle Köchin der Generalkonsulin)