

Rezepte für den Dezember:

„Yose-Nabe“



●Zutaten 2 Portionen ✂Foto: 1 Portion

<Tsuyu (Brühe)>

400ml Wasser

4g Bonito Brühe Granules

1EL *Sake*

1 1/2EL *Mirin*

1 1/2EL *Shoyu* (Sojasauce)

1/4TL Salz

200g Hähnchenkeule

4 Blätter China-Kohl

2 Kräuterseitlinge

4 Shiitakepilze

1/2~1 Stange Lauch

200g Tofu

1/2 Möhre

✂Die Zutaten können durch Fisch, Shrimps, Spinat, Shimeji-Pilze oder andere Zutaten ersetzt werden.

je nach Geschmack *Ponzu* (Zitrusessig)

ca. 560g *Udon*-Nudeln

2 Eier

je nach Geschmack gehackte Frühlingszwiebeln

● Zubereitung

1. Zutaten für *Tsuyu* (Brühe) in einen Topf geben und vermengen.

✂ Auf dem Bild verwenden wir einen Keramiktopf, aber Sie können stattdessen auch eine tiefe Bratpfanne oder einen normalen Topf verwenden.

2. Zutaten vorbereiten. Hähnchenkeule in mundgerechte Stücke schneiden, Chinakohl in 4 cm große Stücke schneiden und den Strunk der Shiitakepilze entfernen. Kräuterseitlinge der Länge nach in sechs gleiche Stücke und Lauch schräg in 1 cm große Stücke schneiden. Den Tofu in 2-3 cm große Würfel schneiden, die Möhre schälen und in 5 mm große Stücke schneiden.

3. *Tsuyu* zum Kochen bringen, Hähnchenkeule, Möhre und den weißen Teil des Chinakohls dazugeben und zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten kochen. Dann die restlichen Blätter des Chinakohls, die Kräuterseitlinge, die Shiitakepilze, den Lauch und den Tofu hinzufügen und weitere 5 Minuten kochen.

Wenn die Hähnchenkeule und das Gemüse gar sind, ist es servierfertig. Nach Belieben mit *Ponzu* servieren.

4. Nach dem Verzehr der Zutaten die gekochten *Udon*-Nudeln hinzufügen, zum Kochen bringen, die Eier hineinschlagen, einen Deckel auflegen und 2-3 Minuten köcheln lassen. (Kochen Sie, bis die Eier die gewünschte Konsistenz hat.)

Mit gehackten Frühlingszwiebeln bestreuen und servieren.

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