

Hotpot met garnalen en kipballetjes

totale tijd **40 min.** 20 min. voorbereidingstijd 20 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):

1.615 kJ / 386 kcal

Vetten: **10 g** Eiwitten: **31 g**

Koolhydraten: **42 g**

INGREDIËNTEN

4 porties

300 g	stevige tofu
600 g	kool
500 g	daikonradijs
150 g	wortel
1	prei
8	rauwe garnalen, gepeld en ontdaan van de darm
300 g	kippengehakt
3	lente-uitjes
2 tl	geraspte gember
2 el	aardappelzetmeel
1	ei, geklopt
2 tl	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
1 tl	<u>Kikkoman Geroosterde Sesamolie</u>
1 l	water
1	teentje knoflook, in dunne plakjes gesneden
2 tl	<u>Kikkoman Geconcentreerde Ramen Noedelsoep Basis - Shoyu (Sojasaus) Smaak</u>
2 el	<u>Kikkoman Ponzu - een Mengsel van Sojasaus, Azijn en Yuzusap</u>
200 g	udonnoedels

VOORBEREIDING

Stap 1

300 g stevige tofu - **600 g** kool - **500 g**

daikonradijs - **150 g** wortel - **1** prei

Snijd de stevige tofu in hapklare blokjes. Snijd de kool in dunne partjes. Snijd de daikonradijs en de wortel met een dunschiller in dunne reepjes. Maak de prei schoon, snijd het witte gedeelte diagonaal in dunne plakjes en was het groene gedeelte grondig, snijd het vervolgens in dunne plakjes.

Stap 2

8 garnalen, rauw, gepeld en ontdaan van de darm

- **300 g** kippengehakt - **3** lente-uitjes - **2 tl**

geraspte gember - **2 el** aardappelzetmeel - **1** ei,

geklopt - **1 tl** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen

Sojasaus **1 tl** Kikkoman Geroosterde Sesamolie

Ontdooi de garnalen indien bevroren en hak ze vervolgens grof, zodat ze nog wat textuur

behouden. Snijd de lente-uitjes in dunne ringetjes.

Doe de gehakte garnalen, het kippengehakt, de

lente-uitjes, de geraspte gember, het

aardappelzetmeel, het geklopte ei, de Kikkoman

Sojasaus en de Kikkoman Sesamolie in een kom.

Meng alles grondig tot een homogeen mengsel.

Doe het mengsel in een spuitzak of plastic zak en

zet deze in de koelkast tot gebruik.

Stap 3

1 l water - **1** teentje knoflook, in dunne plakjes

gesneden - **2 tl** Kikkoman Geconcentreerde Ramen

Noedelsoep Basis - Shoyu (Sojasaus) Smaak

Doe het water, de gesneden knoflook en de

Kikkoman Ramen Soep Basis in een grote pan en

breng het geheel aan de kook.

Stap 4

Breng de bouillon uit stap 3 aan de kook. Voeg de kool, tofu en prei uit stap 1 toe. Vorm met twee lepels het garnalen- en kipmengsel uit stap 2 tot hapklare balletjes en laat ze voorzichtig in de bouillon glijden. Dek de pan af en laat 5 minuten sudderen. Voeg vervolgens de daikon- en wortelreepjes uit stap 1 toe. Laat sudderen tot de groenten gaar zijn. Serveer met Kikkoman Yuzu Ponzu erbij.

Stap 5

200 g udonnoedels

Afmaken met udon:

Voeg de udonnoedels toe aan de resterende bouillon.

Kook volgens de aanwijzingen op de verpakking en serveer.