

Shabu-Shabu (Japanese Hot Pot)

totale tijd **20 min.** 20 min. voorbereidingstijd

Voedingswaarde (per portie):

1.854 kJ / 443 kcal

INGREDIËNTEN

2 porties

- 150 g** flinterdun gesneden rundvlees om te koken
- 4** shiitake paddenstoelen (als vervanging: champignons, oesterzwammen)
- 150 g** Hokusai (Chinese kool) (als vervanging: savooiekool, snijbiet)
- 0,5 bos(je)** spinazie/paardenbloem/rucola
- 0,5 bos(je)** lente-uitjes (als vervanging: prei)
- 600 ml** bouillon: 1 stukje zeewier & water (als vervanging: vis-/vlees-/groentebouillon)
Kikkoman Ponzu - een Mengsel van Sojasaus, azijn en citroensmaakstof
Kikkoman Sesamsaus

Voor de sesamsaus (om zelf te maken):

- 4 el** sesampasta of pindapasta
- 2 el** appelsap
- 1,25 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus
- 0,5 tl** suiker
witte peper al naar eigen smaak

VOORBEREIDING

Stap 1

De schijfjes rundvlees in stukjes snijden. De stelen van de shiitake-paddenstoelen verwijderen en de rest decoratief snijden. De steel van de Hokusai (Chinese kool) in 4-5 cm dikke reepjes en de blaadjes in hapklare stukken snijden. Spinazie grof snijden, de lente-ui schuin in 4-6 cm stukken snijden.

De ingrediënten voor de sesamsaus mengen. Bouillon koken. Het vlees in de bouillon koken en de overige ingrediënten tijdens het eten koken.

Met sesamsaus en Ponzu als dipsausjes genieten.