

Hot pot s krevetovými a kuřecími kuličkami

Celkový čas vaření **40 min.** 20 min. Doba přípravy 20 min. Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):

1.615 kJ / 386 kcal

Tuky: **10 g** Bílkoviny: **31 g**

Sacharidy: **42 g**

INGREDIENCE

4 Porce

300 g	pevného tofu
600 g	zelí
500 g	ředkve daikon
150 g	mrkve
1	pórek
8	syrových krevet, oloupaných a zbavených střívka
300 g	mletého kuřecího masa
3	jarní cibulky
2 čajové lžičky	strouhaného zázvoru
2 polévkové lžíce	bramborového škrobu
1	rozšlehaného vejce
2 čajové lžičky	<u>Kikkoman Sójová omáčka přírozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo</u>
1 čajová lžička	<u>Kikkoman Pražený sezamový olej</u>
1 l	vody
1	stroužek česneku nakrájený na tenké plátky
2 čajové lžičky	<u>Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen</u>
2 polévkové lžíce	<u>Kikkoman Ponzu sójová omáčka s yuzu</u>
200 g	udon nudlí

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

300 g pevného tofu - **600 g** zelí - **500 g** ředkve daikon - **150 g** mrkve - **1** pórek

Pevné tofu nakrájejte na kostky velikosti sousta. Zelí nakrájejte na tenké klínky. Pomocí škrabky na zeleninu nakrájejte ředkev daikon a mrkev na tenké stužky. Pórek očistěte, bílou část nakrájejte šikmo na tenké plátky, zelenou část důkladně omyjte a poté ji nakrájejte najemno.

Krok 2

8 syrových krevet, oloupaných a zbavených střívka - **300 g** mletého kuřecího masa - **3** jarní cibulky - **2 čajové lžičky** strouhaného zázvoru - **2 polévkové lžíce** bramborového škrobu - **1** rozšlehaného vejce - **1 čajová lžička** Kikkoman Sójová omáčka přírozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo **1 čajová lžička** Kikkoman Pražený sezamový olej Pokud jsou krevety mražené, nechte je rozmrazit a poté je nhrubo nasekejte tak, aby si zachovaly určitou strukturu. Jarní cibulky nakrájejte na tenké plátky. Do mísy dejte nasekané krevety, mleté kuřecí maso, jarní cibulku, strouhaný zázvor, bramborový škrob, rozšlehané vejce, Kikkoman Sójovou omáčku a Kikkoman Sezamový olej. Důkladně promíchejte, aby se vše spojilo. Směs přendejte do cukrářského nebo plastového sáčku a až do použití uložte do chladničky.

Krok 3

1 l vody - **1** stroužek česneku nakrájený na tenké plátky - **2 čajové lžičky** Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen

Do velkého hrnce dejte vodu, česnek nakrájený na plátky a Kikkoman Základ na ramen a přiveďte k

varu.

Krok 4

Vývar z kroku 3 přiveďte k varu. Přidejte zelí, tofu a pórek z kroku 1. Pomocí dvou lžic vytvarujte z krevetové a kuřecí směsi z kroku 2 kuličky velikosti sousta a opatrně je vkládejte do vývaru. Přikryjte a vařte 5 minut, poté přidejte stužky z daikonu a mrkve z kroku 1. Vařte, dokud zelenina nezměkne. Podávejte s Kikkoman Ponzu yuzu stranou.

Krok 5

200 g udon nudlí

Dokončení s udon nudlemi:

Do zbývajícího vývaru přidejte udon nudle. Uvařte podle návodu na obalu a podávejte.