

Sundubu – korejský hot pot s jemným tofu

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

Nutriční hodnoty (na porci):

1.820 kJ / 435 kcal

Tuky: **21 g** Bílkoviny: **31 g**

Sacharidy: **31 g**

INGREDIENCE

4 Porce

1	cibule
1	cuketa
1 svazek	jarní cibulky
2 čajové lžičky	<u>Kikkoman Pražený sezamový olej</u>
150 g	kimchi
800 ml	vody
2 polévkové lžíce	<u>Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo</u>
3 polévkové lžíce	<u>Kikkoman Kimchi pikantní chili omáčka</u>
400 g	mražené směsi mořských plodů
400 g	jemného tofu
150 g	směsi hub (shimeji, enoki nebo podobné houby)
4	vejce
	červená chilli paprička nakrájená na tenké proužky podle chuti
80 g	instantních ramen nudlí
30 g	strouhaného sýra

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

1 cibule - **1** cuketa - **1 svazek** jarní cibulky
Cibuli nakrájejte na plátky a cuketu na kolečka silná 1 cm. Jarní cibulku nakrájejte šikmo na tenké plátky.

Krok 2

2 čajové lžičky Kikkoman Pražený sezamový olej - **150 g** kimchi - **800 ml** vody - **2 polévkové lžíce** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo - **3 polévkové lžíce** Kikkoman Kimchi pikantní chili omáčka - **400 g** mražené směsi mořských plodů

Vývar:

Ve velkém hrnci rozehejte Kikkoman Sezamový olej. Přidejte kimchi a restujte, dokud se nerozvoní. Přidejte cibuli z kroku 1, vodu, Kikkoman Sójovou omáčku a Kikkoman Kimchi chili a přiveďte k varu. Přidejte mraženou směs mořských plodů a vařte, dokud nejsou mořské plody hotové.

Krok 3

400 g jemného tofu - **150 g** směsi hub (shimeji, enoki nebo podobné houby) - **4** vejce - červená chilli paprička nakrájená na tenké proužky podle chuti

Jemné tofu opatrně rozdělte na větší kusy a přidejte do vývaru z kroku 2. Přidejte cuketu z kroku 1 a směs hub. Vařte, dokud zelenina nezměkne. Vejce rozklepněte přímo do vývaru a uvařte podle chuti. Přidejte jarní cibulku z kroku 1 a krátce povařte. Nakonec podle chuti posypte tenkými proužky červené chilli papričky.

Krok 4

80 g instantních ramen nudlí - **30 g** strouhaného sýra

Dokončit ramen nudlemi: Instantní ramen nudle nalámejte do zbývajícího vývaru a vařte doměkka. Podle chuti posypte strouhaným sýrem a ihned podávejte.