

Rezept Rindfleischfondue

Sukiyaki,

Zutaten:

800g Rindfleisch, am besten aus Lende oder Rumpsteak, in hauchdünne Scheiben geschnitten
400g Shirataki oder Glasnudeln
300g Tofu Natur
16 frische oder getrocknete Shiitake-Pilze
4 Stangen Lauch
oder
7 bis 8 Stück Frühlingszwiebeln
200g Spinat

Warishita – Brühe:

3EL Zucker
100ml Sake oder trockener Sherry
100ml Mirin (süßer Reiswein zum Kochen)
200ml Kikkoman Sojasoße
4 Eier
50g frischer Rindertalg

Zubereitung

Rindfleisch in feine, dünne Streifen von ca. 7cm Länge schneiden.

Nudeln in kochendes Wasser geben. Shirataki ca. 2 Minuten kochen, dann abgießen und in 10cm lange Stücken schneiden.

Tofu in 2cm große Würfeln schneiden.

Pilze waschen oder putzen, stiele entfernen, die Köpfe leicht kreuzweise einschneiden.

Lauch putzen, waschen, abtropfen lassen. Dann schräg in ca.

1cm breite Ringe schneiden.

Spinat putzen, waschen. Die harte Stiele entfernen. Die Blätter je nach Größe halbieren oder vierteln.

Gemüse, Pilze und Fleisch auf einer Platte schön anrichten.

Für die Brühe alle Zutaten vermischen und solange erwärmen, bis der Zucker sich vollständig aufgelöst hat. Die Brühe in einem Krug oder in einer Schale mit einem kleinen Schöpflöffel auf den Tisch stellen.

Eier einzeln in vier Schälchen schlagen und für jeden Gast ein Schälchen servieren.

Rindertalg würfeln (ca. 2cm groß).

Sukiyaki wird direkt am Tisch zubereitet. Also brauchen Sie eine Kochplatte und einen Wok.

Etwas Öl im Wok erhitzen. Dann einige Fleischstücken darin anbraten, bis sie halb durchgebraten sind. Danach die Hälfte von der Brühe und die beliebige Menge von den anderen Zutaten zugeben. Die Pilze werden fast am Ende der Garzeit dazu gereicht, weil sonst der Fleisch zu hart wird.

Das Ei in einem Schälchen mit den Stäbchen vermischen. Die Fleisch- und Gemüsestückchen aus dem Wok werden in das Ei getaucht und gegessen.

Die restliche Brühe wird nach Bedarf immer wieder in den Wok eingegossen, da sie den nötigen Geschmack den Zutaten gibt.

Zurück zu den Asiatischen Rezepten

Zurück zu den Fleischrezepten