Rezept

Geschmortes Rindfleisch »Gyudon«

Ein Rezept von Geschmortes Rindfleisch »Gyudon«, am 18.08.2025

Zutaten

300 g	Sushireis
2	Zwiebeln
½ Beet	Daikonkresse (ersatzweise Kresse)
50 ml	Sake
2 EL	brauner Zucker
	Shishimi Togarashi (scharfe Würzmischung, ersatzweise Chiliflocken)
400 g	Entrecote (in ca. 3 mm dünne Scheiben geschnitten)
30 g	Ingwer
80 ml	Sojasauce
50 ml	Mirin
2 EL	eingelegter roter Ingwer (Asienladen, ersatzweise eingelegter Ingwer)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 540 kcal, 9 g F, 28 g EW, 78 g KH

Zubereitung

1. Den Reis in einer Schüssel mit Wasser waschen und abgießen, diesen Vorgang fünfmal wiederholen. Dann ca. 20 Min. im Sieb quellen lassen. Mit 400 ml Wasser in einem Topf zugedeckt zum Kochen bringen und ca. 13 Min. bei kleiner Hitze zugedeckt köcheln lassen.

2. Vom Herd nehmen und zugedeckt ca. 10 Min. ziehen lassen. Inzwischen das Entrecôte in ca. 5 cm große Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Den Ingwer schälen und zuerst in Scheiben, dann in möglichst feine Stifte schneiden. Die Daikon-Kresse abbrausen, trocken schütteln und vom Beet schneiden.

3. Sojasauce, Sake, Mirin, Zucker, Zwiebelstreifen und Ingwerstifte mit 200 ml Wasser in einem Topf zum Kochen bringen und ca. 5 Min. bei kleiner Hitze zugedeckt köcheln. Dann das Entrecôte in den Topf geben, alles mit einem Holzstäbchen oder einer Gabel durchrühren und ca. 3 Min. bei mittlerer Hitze zugedeckt garen.

4. Den Reis auf vier Schalen verteilen und das Fleisch mitsamt Sauce darübergeben. Mit dem eingelegten roten Ingwer und der Daikon-Kresse garnieren, nach Belieben mit Shichimi togarashi bestreuen.