

Rezept

Japanisches Fondue mit Sesamdip

Ein Rezept von Japanisches Fondue mit Sesamdip, am 13.10.2024

Zutaten

1,2 l Rinderbrühe oder -fond (aus dem Glas)	1 EL Zucker
2 EL Sojasauce	2 EL Mirin (jap. Kochwein, ersatzweise halbtrockener Sherry)
1 rote Chilischote	1 Sternanis
500 g Rinderfilet oder -lende (schön durchwachsen)	250 g fester Seidentofu
1 kleiner Chinakohl	200 g Shiitake-Pilze
250 g Sojasprossen	4 EL Tahin (Sesampaste)
2 TL Zucker	3 TL Sojasauce
2 EL milder Reisessig (ersatzweise milder Weißweinessig)	ca. 100 ml Hühnerbrühe

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 370 kcal

Zubereitung

1. Für das Fondue Brühe oder Fond mit Zucker, Sojasauce und Mirin in einen Topf geben. Die Chilischote längs halbieren, entkernen und waschen, mit dem Sternanis in die Brühe geben. Die Brühe einmal aufkochen, dann bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 30 Min. köcheln lassen.
2. Inzwischen das Fleisch in sehr dünne Scheiben schneiden. Tofu trocken tupfen und in kleine Würfel schneiden. Den Chinakohl längs halbieren, putzen, waschen und quer in ca. 2 cm breite Streifen schneiden. Die Pilze putzen, die Stiele entfernen und wegwerfen, die Hüte halbieren (kleine Hüte ganz lassen). Die Sojasprossen kalt abbrausen und abtropfen lassen.
3. Für den Dip die Sesampaste mit Zucker, Sojasauce und Essig verrühren. Nach und nach so viel Brühe dazugießen und unterrühren, dass eine cremige, eher flüssige Sauce entsteht.
4. Chilischote und Sternanis aus der Brühe fischen. Die Brühe nochmals stark erhitzen und in den Fonduepotopf füllen. Fleisch und Gemüse auf Fonduegabeln spießen oder - noch besser - mit dem Tofu und den Sprossen in Garsiebe geben und in der heißen Brühe garen. Mit dem Dip servieren.