



Ramen

Folge 3 (05.05.2024)

Für 6 Personen

Kochzeit: 20 min

Vorbereitung: 1h

Für die Tonkotsu-Brühe (am Vortag produziert):

3kg Schweinehalsknochen

Knochen waschen und in ungesalzenem Wasser blanchieren. Dann ansetzen mit Kaltwasser und für 14 Std. kochen lassen.

Für das Tare*:

30 g Tahini (Sesampaste)

30 g Erdnüsse

15 g Cashew-Nüsse

5 g Sesamsamen

10 g gerösteter Sesam

geräuchertes Paprikapulver

80 g Sojasauce

150 g Sojamilch

3 g Chiliflocken

1 El Scharfe Bohnenpaste (Miso)

Salz anstelle von Glutamat

Alle Zutaten in einen Mixbecher geben und fein mixen.

*Den Charakter der Ramen-Brühe bestimmt die Würzsauce (Tare). Du kannst die Grundbrühen für verschiedene Arten von Ramen verwenden, erst das Tare legt fest, um welche Art von Ramen es sich handelt. Es gibt Shio-Tare – mit Salz, Miso-Tare mit Miso und schließlich, wie in unserem Rezept Shoyu-Tare mit Sojasauce als Basis. Das Tare wird erst beim Servieren in die Schüssel des Gasts gegeben. Hinzu kommt das Ramen-Öl und erst dann wird die ungewürzte Ramen Brühe aufgefüllt.

Für das Hackfleisch:

1 Stück Ingwer (daumengroß, ca. 4 cm)
2 Knoblauchzehen
1 Schalotte (ersatzweise Frühlingszwiebeln)
1 EL Pflanzenöl (nach Belieben Chili-Öl)
200 g Schweinehackfleisch (ersatzweise Hähnchenhackfleisch)
1 EL Sojasauce

Ingwer, Knoblauch und Schalotte in kleine Würfel schneiden und in Öl anbraten. Fleisch dazugeben und mit Sojasauce würzen. Aus der Pfanne nehmen und bei Seite stellen.

Für die Toppings:

4 Bio-Eier
Etwas geriebener Ingwer
3 EL Sojasauce
1 TL Zucker
1 Pak Choi
100 g Sojasprossen (ersatzweise Mungobohnensprossen)
1 kleine Dose Mais
6 Stiele Koriander

Die Eier einstechen und für 6min im Wasser kochen. Eier etwas abkühlen lassen, schälen und halbieren. Etwas geriebenen Ingwer, Sojasauce und Zucker vermischen und Eier darin marinieren und ziehen lassen.

Pak Choi längs halbieren und blanchieren.
Die Sojasprossen waschen und bereitstellen.

Für die Nudeln:

6 Nester oder 375g fertige Ramen- oder Udon-Nudeln

Ramen Nudeln vor dem Anrichten im Salzwasser kochen.

Für das Anrichten (pro Person):

2EL Tare
400g Schweinebrühe
200g Nudeln
2EL Hackfleisch
Toppings (Marinierte Eier, Pak Choi, Mais, Koriander und Sojasprossen)
Optional: 1EL Chili Öl

Tare in eine Schale geben und mit Brühe auffüllen. Frisch gekochte Nudeln in Schüssel geben und danach mit Toppings anrichten.