

Ishikari nabe Hokkaido-style

Total tid **30 Min.** 20 Min. Tid för förberedelse 10 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
2.530 kJ / 605 kcal

Fett: **24 g** Protein: **33 g**
Kolhydrater: **61 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

400 g	lax
2	potatisar
1	purjolök
300 g	kål
1	morot
100 g	blandade svampar (ostron- och shimejisvampar)
1	burk majs
2 msk	<u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u>
4 msk	<u>Kikkoman söt Matlagningssås i Mirin- Stil</u>
5 msk	misopasta
1 liter	vatten
20 g	smör
	Svartpeppar efter smak
80 g	ramennudlar

FÖRBEREDELSE

Steg 1

400 g lax - **2** potatisar - **1** purjolök - **300 g** kål - **1** morot - **100 g** blandade svampar (ostron- och shimejisvampar) - **1** burk majs

Om laxskinnet fortfarande har fjäll, håll kokande vatten över det och ta bort eventuella kvarvarande fjäll. Skär laxen i munsbitsstora bitar. Skala potatisen och skär varje potatis i 8 klyftor. Skär även kålen i munsbitsstora bitar. Skiva moroten i tunna strimlor med en grönsaksskalare. Tvätta purjolöken noggrant, gör ett längsgående snitt i den mörkgröna delen om det behövs för att ta bort smuts, skiva sedan diagonalt. Dela svamparna i små klasar. Låt majsen rinna av.

Steg 2

2 msk Kikkoman naturligt bryggd sojasås - **4 msk** Kikkoman söt Matlagningssås i Mirin-Stil - **5 msk** misopasta - **1 liter** vatten

Buljong:

Lägg purjolöken och potatisen från steg 1 i en stor kastrull. Blanda misopastan med Kikkoman sojasås och Kikkoman söt smaksättning i mirinstil tills det är slätt, tillsätt sedan i kastrullen. Häll i vattnet, koka upp och koka tills potatisen är mjuk.

Steg 3

20 g smör - Svartpeppar efter smak
Tillsätt laxen, kålen, moroten, svampen och majsen från steg 1 i buljongen från steg 2. Låt sjuda tills laxen är genomkokt och grönsakerna är mjuka. Rör i smöret tills det smält. Krydda med svartpeppar efter smak.

Steg 4

80 g ramennudlar

Tillsätt ramennudlarna i den återstående buljongen.

Koka enligt anvisningarna på förpackningen och servera.