

Shabu-shabu (japanese hot pot)

Total tid **20 Min.** **20 Min.** Tid för förberedelse

Näringsinnehåll (per portion):

1.854 kJ / 443 kcal

INGREDIENSER

2 Portioner

- 150 g** lövtunt skivat oxkött att koka
- 4** shiitakesvampar (alternativt champinjoner, ostronskivling)
- 150 g** hakusai (kinakål) (alternativt savojkål, mangold)
- 0,5 knippe** fräsch spenat/maskrosblad/rucola
- 0,5 knippe** salladslökar (alternativt purjolök)
- 600 ml** buljong: 1 ark sjögräs & vatten (alternativt fisk-/kött-/grönsaksfond)
[Kikkoman Ponzu - en Blandning av Sojasås, ättika och citron](#)
[Kikkoman Sesamsås](#)
- Till sesamsåsen (hemlagad):**
- 4 msk** sesampasta eller jordnötspasta
- 2 msk** äppeljuice
- 1,25 msk** [Kikkoman naturligt bryggd sojasås](#)
- 0,5 tsk** strösocker
vitpeppar efter tycke

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Skär oxköttsskivorna i bitar. Skär bort stjälkarna från shiitakesvamparna och skär resten dekorativt. Skär botten på hakusai-kålen (kinakålen) i 4–5 cm långa strimlor och bladen i munsstora bitar. Skär spenaten i grova bitar och salladslöken diagonalt i 5–6 cm långa bitar. Blanda ingredienserna till sesamsåsen. Koka buljongen. Koka köttet lätt och resten av ingredienserna i buljongen under måltiden. Njut med sesamsås och ponzusås som dippsåser.