KIKKOMAN

# Chińska zupa sanratan/suan la tang

Czas ogółem **20 min** **10 min** Czas przygotowania **10 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
**1.274 kJ / 306 kcal**

Tłuszcz: **14,5 g** Białko: **16,6 g**
Węglowodany: **30,4 g**

## SKŁADNIKI

**2 porcj(e/i)**

| | |
|---|---|
| **1** | ząbek czosnku |
| **1** | mała, łagodna czerwona papryczka chili |
| **1 cm** | kawałek imbiru |
| **1** | marchewka |
| **250 g** | grzybów shiitake (lub pieczarek) |
| **4** | dymki |
| **1 łyżka** | Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman |
| **700 ml** | wody |
| **2 łyżki** | Skoncentrowana Baza do Zupy Makaronowej w Stylu Japońskim - Ramen Smak Shoyu (sos Sojowy) Kikkoman |
| **1** | jajko |
| **100 g** | tofu |
| **1 łyżka** | mąki ziemniaczanej |
| **2 łyżki** | zimnej wody |
| **1 łyżka** | Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman |
| **1 łyżka** | Przyprawa do ryżu do sushi Kikkoman (125ml) |
| **1 łyżeczka** | płynnego miodu |
| **1 łyżka** | prażonego sezamu |

## PRZYGOTOWANIE

### Krok 1

**1** ząbek czosnku - **1** mała, łagodna czerwona papryczka chili - **1 cm** kawałek imbiru
Drobno posiekaj czosnek i papryczkę chili. Zetrzyj imbir i wymieszaj.

### Krok 2

**1** marchewka - **250 g** grzybów shiitake (lub pieczarek) - **4** dymki - **1 łyżka** Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman
Marchewkę pokrój w cienkie paski, pieczarki w kostkę, a dymkę w cienkie krążki (1 łyżkę odłóż na później do dekoracji). Rozgrzej Olej sezamowy Kikkoman na patelni i smaż składniki przez około 4 minuty, aż lekko się zrumienią. Dodaj mieszankę chili i smaż przez około minutę.

### Krok 3

**700 ml** wody - **2 łyżki** Skoncentrowana Baza do Zupy Makaronowej w Stylu Japońskim - Ramen Smak Shoyu (sos Sojowy) Kikkoman
Dodaj wodę i Bazę do zupy ramen Kikkoman. Doprowadź do wrzenia i gotuj na wolnym ogniu przez około 5 minut.

### Krok 4

**1** jajko
Starannie roztrzep jajko, a następnie powoli wlewaj je do gorącej zupy, stale mieszając.

### Krok 5

**100 g** tofu - **1 łyżka** mąki ziemniaczanej - **2 łyżki** zimnej wody - **1 łyżka** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman - **2 łyżki** Przyprawa do ryżu do sushi Kikkoman (125ml) - **1 łyżeczka** płynnego

miodu - **1 łyżka** prażonego sezamu
Tofu pokrój w kostki o boku 2 cm. Połącz mąkę ziemniaczaną z wodą, wmieszaj do zupy i krótko zagotuj. Dopraw Sosem sojowym Kikkoman, Przyprawą do ryżu Kikkoman i miodem. Dodaj tofu i krótko podgrzej. Przelej zupę do miseczek, udekoruj dymką z kroku 2 i prażonym sezamem. Podawaj.