

Wegańskie mochi i daikon nabe

Czas ogółem **30 min** 20 min Czas przygotowania **10 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)

1.385 kJ / 331 kcal

Tłuszcz: **8 g** Białko: **7,6 g**

Węglowodany: **57 g**

SKŁADNIKI

4 porcj(e/i)

8	ciasteczek ryżowych mochi
400 g	kapusty pekińskiej
2	pory
150 g	mieszanek grzybów (shimeji i enoki)
1 łyżka	<u>Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman</u>
500 g	rzodkwi daikon
500 ml	wody
45 ml	<u>Naturalnie warzony bezglutenowy sos sojowy Tamari Kikkoman</u>
45 ml	<u>Słodka przyprawa w stylu mirin Kikkoman (na bazie fermentowanego ryżu)</u>
60 ml	<u>Kikkoman Ponzu - mieszanka sosu sojowego, octu i soku z owoców yuzu</u> pieprz chili shichimi do smaku

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

8 ciasteczek ryżowych mochi - **400 g** kapusty pekińskiej - **2** pory - **150 g** mieszanki grzybów (shimeji i enoki)

Ciasteczka mochi i kapustę pokrój na kawałki wielkości jednego kęsa. Białe części porów pokrój na kawałki o długości 5 cm. Zielone części dokładnie umyj, w razie potrzeby nacinając je wzdłuż, aby usunąć ewentualne zabrudzenia, a następnie pokrój w cienkie plasterki. Grzyby podziel na mniejsze kęsy.

Krok 2

1 łyżka Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman
Rozgrzej Olej sezamowy Kikkoman w dużym garnku na średnim ogniu. Dodaj mochi i białe części pora z kroku 1. Smaż, aż oba składniki się zezłocą. Następnie wyjmij i odłóż na później.

Krok 3

500 g rzodkwi daikon - **500** wody - **45 ml** Naturalnie warzony bezglutenowy sos sojowy Tamari Kikkoman **45 ml** Słodka przyprawa w stylu mirin Kikkoman (na bazie fermentowanego ryżu)
Rzodkiew daikon obierz i z grubsza pokrój. Umieść daikon, wodę, Bezglutenowy sos sojowy Kikkoman oraz Słodką przyprawę mirin Kikkoman w blenderze. Blenduj, aż mieszanka będzie przypominać starty daikon. Wlej ją do garnka z kroku 2.

Krok 4

60 ml Kikkoman Ponzu - mieszanka sosu sojowego, octu i soku z owoców yuzu - pieprz chili shichimi do smaku

Do zupy z kroku 3 dodaj kapustę, pokrojoną zieloną część pora i grzyby z kroku 1. Doprowadź do wrzenia i gotuj na małym ogniu, aż warzywa zmiękną. Następnie ponownie dodaj do garnka opieczzone mochi i pora z kroku 2. Gotuj dalej, aż mochi zmiękną.

Dopraw Sosem Yuzu Ponzu Kikkoman oraz pieprzem chili shichimi. Podawaj.