

Japan: Yaki Udon – Gebratene Udonnudeln mit Tofu



Rezept für 4 Personen



Vegan, Laktosefrei

Zubereitung

Zutaten Gebratene Udonnudeln mit Tofu

500 g Udon-Weizennudeln
500 g Tofu
1 Zwiebel, rot
2 Karotten
300 g Kohl
75 g Shiitake Pilze, getrocknet
2 Frühlingszwiebeln
3 El Sesamöl
2 dl Dashi-Brühe
60 g Mirin (süßer Reiswein)
60 g Sojasauce dunkel
1 El Zucker
1 El Ingwer, eingelegt
1 Frühlingszwiebeln
Wenig Sojasprossen
1 El Sesam, geröstet

Zubereitung Gebratene Udonnudeln mit Tofu

Vorbereitung:

Shiitake über Nacht einweichen und danach in Streifen schneiden. Alle Zutaten für die Sauce aufkochen. Shiitake begeben und erkalten lassen. Frühlingszwiebel für Garnitur längs in feine, ca. 4 cm lange Streifen schneiden und kurz in Eiswasser legen.

Zubereitung:

Tofu in Würfel schneiden und mit Sauce marinieren. Kohl, Zwiebeln und Karotten in Streifen schneiden. Sesamöl erhitzen und Gemüse darin anbraten. Sauce mit Tofu und Shiitake zugeben. Ca. 2 Minuten köcheln lassen, dann Udon-Nudeln begeben und nochmals ca. 1 Minute köcheln lassen. Abschmecken und anrichten. Mit Ingwer, Sesam, Sojasprossen und Frühlingszwiebeln garnieren.