KIKKOMAN®

Vegane Tantanmen

ZUTATEN

4 Portion(en)

Veganes Hack:

180 g	Veganes Hackfleisch
2 TL	Sesamöl
1 TL	frischer Ingwer, gerieben
0,5 TL	Kreuzkümmel, gemahlen
50 ml	Kikkoman Teriyaki Sauce mit geröstetem Knoblauch
2 Prisen	Pfeffer

Nudeln & Toppings:

2	Pak Choi
240 g	Vegane Ramennudeln
3	Frühlingszwiebeln
200 g	Shimeji-Pilze
3	Frische Chilis

Brühe:

2 TL	Sesamöl
1 TL	Frischer Ingwer, gerieben
2	Schalotten
1,5 EL	Tahin
2 EL	Erdnussbutter
4 EL	Kikkoman Teriyaki Sauce mit geröstetem Knoblauch
250 ml	Sojamilch
480 ml	Wasser
1 Prise	Pfeffer

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Sesamöl in einer Pfanne erhitzen. Ingwer darin 2 min anbraten. Veganes Hack hinzufügen und mit Kreuzkümmel und Pfeffer würzen. Wenn das Hack durchgebraten ist, kann die Kikkoman Teriyaki Sauce mit Knoblauch dazu. Ca. 2 min darin anbraten. Dann alles zur Seite stellen.

Schritt 2

Einen großen Topf Wasser füllen und zum kochen bringen.

Schritt 3

Nach dem aufkochen den Pak Choi in das Wasser geben und ca. 2 min. darin kochen lassen. Dann herausnehmen und beiseite stellen.

Schritt 4

Von den Enoki-Pilzen das untere Ende abschneiden und in das Wasser für 1 Minute geben, dann direkt herausnehmen und beiseite stellen.

Schritt 5

Die Ramennudeln in das gleiche Kochwasser geben und nach Packungsanleitung kochen. Dann abgießen.

Schritt 6

Die Frühlingszwiebeln und die frischen Chilis in Ringe schneiden und zur Seite stellen.

Schritt 7

Nun das Sesamöl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen und den geriebenen Ingwer und die klein gehackten Zwiebeln einige Minuten lang unter häufigem Rühren anbraten.

Schritt 8

Die Tahin, die Erdnussbutter und die Teriyaki Sauce hinzufügen und verrühren.

Schritt 9

Anschließend die Sojamilch hinzufügen und die Suppe zum Kochen bringen. Die Hitze auf niedrige bis mittlere Stufe reduzieren und die Suppe ein paar Minuten köcheln lassen. Zum Schluss mit Pfeffer abschmecken.

Schritt 10

Die gekochten Nudeln dann in einer Schüssel anrichten, mit der Suppe übergießen und mit dem Veganem Hack, dem Pak Choi, den Enoki-Pilzen, den gehackten Frühlingszwiebeln, den frischen Chilis und Chiliflocken garnieren.