

Tulinen ma po -tofu naudanlihalla

kokonaisaika **30 min** 15 min esivalmistelut 15 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):

1.604 kJ / 384 kcal

Rasva: **21,8 g** Proteiini: **31,8 g**

Hiilihydraatit: **14,3 g**

AINEKSET

4 annosta

Chilimuru:

2 tl chilihiutaleita
1 rkl sultana-rusinoita (tai tavallisia rusinoita tai kuivattuja karpaloita)
1 rkl pilkottuja maapähkinöitä
1 rkl auringonkukansiemeniä
3 tl Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike

Ma po -tofu:

400 g kiinteää tofua
1 nippu kevätsipulia
1 punainen paprika
1 valkosipulinkynsi
2 rkl Kikkoman paahdettu seesamiöljy
400 g naudan jauhelihaa
400 ml lihalientä
2 rkl chilipaputahna (Toban Djan)
4 rkl Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
1 tl fariinisokeri
Jauhettua (sichuanin) pippuria
1 rkl maissitärkkelystä

VALMISTUS

Vaihe 1

Chilimuru:

2 tl chilihiutaleita - **1 rkl** sultana-rusinoita (tai tavallisia rusinoita tai kuivattuja karpaloita) - **1 rkl** pilkottuja maapähkinöitä - **1 rkl** auringonkukansiemeniä - **3 tl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
Paahda chilihiutaleet, sultana-rusinat, maapähkinät ja siemenet isolla pannulla. Mausta Kikkomanin soijakastikkeella ja ota pois pannulta.

Vaihe 2

Ma po -tofu:

400 g kiinteää tofua - **1 nippu** kevätsipulia - **1** punainen paprika - **1** valkosipulinkynsi - **2 rkl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy - **400 g** naudan jauhelihaa
Leikkaa tofu 2 cm kuutioiksi. Pilko kevätsipuli viistottain paloiksi. Kuutioi paprika ja silppua valkosipuli hienoksi. Kuumenna Kikkomanin seesamiöljy paistinpannalla tai wokpannalla, lisää jauheliha, puolet kevätsipulista, paprika sekä valkosipuli ja paista kypsäksi.

Vaihe 3

400 ml lihalientä - **2 rkl** chilipaputahna (Toban Djan) - **4 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **1 tl** fariinisokeri - Jauhettua (sichuanin) pippuria
Lisää pannulle lihaliemi sekä chilipaputahna ja sekoita hyvin. Lisää tofu-kuutiot ja sekoita varovasti, etteivät ne hajoa. Mausta Kikkomanin soijakastikkeella, fariinisokerilla sekä pippurilla ja anna kiehua hiljaa n. 5 minuuttia.

Vaihe 4

1 rkl maissitärkkelystä

Sekoita maissitärkkelys ja 2 rkl kylmää vettä. Lisää seos kastikkeeseen ja sekoita, kunnes kastike sakenee ja ainekset ovat saaneet kiiltävän pinnan. Koristele chilimurulla ja lopulla kevätsipulilla. Tarjoile jasmiiniriisin kera.