

Kimchipata soijamaidolla

kokonaisaika **25 min** 10 min esivalmistelut 15 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):

1.355 kJ / 324 kcal

Rasva: **17,6 g** Proteiini: **22 g**

Hiilihydraatit: **6,6 g**

AINEKSET

2 annosta

70 g	ohuita possunkylkiviipaleita
60 g	kiinankaalia (n. 3 lehteä)
1	pak choi
100 g	sieniä (esim. shimeji-, siitake- tai herkkusieniä)
0,5 pala	tofua
1 tl	<u>Kikkoman paahdettu seesamiöljy</u>
200 ml	vettä
100 ml	japanilaista sakea (tai 100 ml vettä)
2 rkl	<u>Kikkoman Mausteinen Chilikastike Kimchille</u>
2 rkl	soijamaitoa (makeuttamatonta)
2 tl	gochujang-tahnaa (punainen chilitahna) (tai 2 tl misotahnaa)
1	kevätsipuli

VALMISTUS

Vaihe 1

Leikkaa liha pieniksi paloiksi.

Vaihe 2

Pese kiinankaali. Leikkaa lehtien alaosa noin 2 cm:n ja yläosa noin 4–5 cm:n levyisiksi suikaleiksi.

Vaihe 3

Pese pak choi. Leikkaa lehtien alaosat neljään yhtä suureen osaan ja yläosat noin 5 cm:n pituisiksi paloiksi.

Vaihe 4

Valmistele sienet.

Vaihe 5

Leikkaa tofu 3–4 cm:n kokoisiksi kuutioiksi.

Vaihe 6

Kuumenna seesamiöljy (tai muu öljy) paistinpannulla ja paista liha. Kun liha ruskistuu, lisää pannulle kiinankaali, pak choi ja sienet. Jatka paistamista.

Vaihe 7

Kaada pannulle 200 ml vettä, sake ja Kikkoman Chilikastike Kimchille. Jatka kypsennystä.

Vaihe 8

Lisää tofu ja kuumenna keskilämmöllä. Lisää soijamaito ja gochujang-tahna (tai misotahna). Älä kuumenna kiehuvaaksi.

Vaihe 9

Leikkaa kevätsipuli renkaiksi, pese ja lisää ruokaan.