

Tom yum goong- hot pot

kokonaisaika **40 min** 20 min esivalmistelut 20 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
2.730 kJ / 653 kcal

Rasva: **39 g** Proteiini: **38 g**
Hiilihydraatit: **40 g**

AINEKSET

4 annosta

8	kokonaista katkarapua kuorineen Katkarapujen päät ja kuoret
20 g	inkivääriä
600 ml	vettä
1	punainen chili
300 g	kiinankaalia
1	sipuli
2	sellerinvartta
8	kirsikkatomaattia
10 g	kuivattuja sieniä (esim. siitake)
150 g	bambunversoja veteen säilöttynä
40 g	korianteria
400 g	kanan rintafileetä
100 g	lasinuudeleita
400 ml	kookosmaitoa
90 ml	<u>Kikkoman Ponzu -</u> <u>Sekoitus Soijakastiketta,</u> <u>etikkaa ja sitruunaa</u>
60 ml	chiliöljyä

VALMISTUS

Vaihe 1

8 kokonaista katkarapua kuorineen - Katkarapujen päät ja kuoret - **20 g** inkivääriä - **600 ml** vettä - **1** punainen chili
Huuhtelee katkaravut. Poista päät ja kuoret ja säästä ne lientä varten. Tee pienellä veitsellä viilto katkarapujen selkäpuolelle ja poista suoli. Leikkaa inkivääri ohuiksi tulitikuiksi. Hienonna chili, jos haluat mausteisempaa makua. Laita katkarapujen päät ja kuoret isoon kattilaan ja paahda niitä keskilämmöllä, kunnes kuoret muuttuvat kirkkaan vaaleanpunaisiksi ja alkavat hieman tarttua kattilan pohjaan. Lisää vesi, inkivääri ja chili. Kiehauta ja anna kiehua hiljaa 10 minuuttia. Poista samalla pinnalle nouseva vaahto.

Vaihe 2

300 g kiinankaalia - **1** sipuli - **2** sellerinvartta - **8** kirsikkatomaattia - **10** kuivattuja sieniä (esim. siitake) - **150 g** bambunversoja veteen säilöttynä - **40 g** korianteria - **400 g** kanan rintafileetä - **100 g** lasinuudeleita
Pese kasvikset huolellisesti. Paloittele kiinankaali. Kuori sipuli ja leikkaa se ohuiksi lohkoiksi. Poista sellerinvarsista mahdolliset lankamaiset nauhat ja viipaloi ne vinosti. Halkaise kirsikkatomaatit. Huuhtelee kuivatut sienet nopeasti ja liota niitä runsaassa vedessä, kunnes ne pehmenevät. Revi suuremmat sienet pienemmiksi paloiksi. Leikkaa bambunversot ohuiksi siivuiksi. Pilko korianteri. Leikkaa kanan rintafilee ohuiksi viipaleiksi. Liota lasinuudelit vedessä pakkauksen ohjeiden mukaisesti.

Vaihe 3

400 ml kookosmaitoa - **90 ml** Kikkoman Ponzu -
Sekoitus Soijakastiketta, etikkaa ja sitruunaa - **60**
ml chiliöljyä

Siivilöi vaiheessa 1 valmistettu liemi ja kaada takaisin kattilaan. Lisää kookosmaito, Kikkoman ponzu-sitrussoijakastike ja chiliöljy. Kuumenna liemi ja anna kiehua hiljaa.

Vaihe 4

Lisää liemeen kiinankaali, sipuli, selleri, kirsikkatomaatit, sienet ja bambunversot. Kiehauta ja keitä lientä, kunnes vihannekset alkavat pehmetä. Lisää kana ja katkaravut. Keitä, kunnes kana on täysin kypsää ja katkaravut muuttuvat vaaleanpunaisiksi. Ripottele päälle korianteria.

Vaihe 5

Lisää aterian loppuksi lasinuudelit jäljelle jääneeseen liemeen. Keitä 1–2 minuuttia tai kunnes ne ovat pehmeitä ja tarjoile.