

MATGLÄDJE MED ABROTOS



RECEPT

# RAMEN-ASIATISKA SMAKER

2 april 2017

SANDER G JOHANSSON  
MATMÄSTARE

ABROTOS  
EKOLOGISK MAT- OCH VINKULTUR

ABROTOS KOOPERATIV EKONOMISK FÖRENING

# RAMEN - ASIATISKA SMAKER

## Sashimi med Sesamsoja dressing och Wasabikräm

8 portioner

800 g lax  
sesamfrön  
rättika, riven  
sallad

Sesamdressing:

2 dl japansk soja  
1 dl rapsolja  
4 msk vatten  
4 msk risvinäger  
3 msk flytande honung  
4 msk dijonsenap

Wasabikräm:

4 dl crème fraiche  
2 dl gari (inlagd ingefära) hackad  
4 msk wasabipulver eller pasta

Dressing: Vispa ihop alla ingredienser till dressingen i en skål och låt den vila i kylskåp.

Wasabikräm: Blanda den hackade garin med crème fraiche och rör samman med wasabin.

Sashimi: Skär laxen i skivor, lägg upp på serveringsfat eller tallrikar.

Skeda över dressingen och servera tillsammans med rättika, sallad och wasabikräm

# RAMEN - ASIATISKA SMAKER

## Ramensoppa med Musslor och Rökta Laxfenor

10 portioner

2 nät blåmusslor, rensade och släng dem som är öppna och inte stänger sig eller är trasiga.

300 g rökta laxfenor, delade i bitar

4 schalottenlökar, grovt hackade

400 g rotselleri, skuren i bitar

2 morötter, skuren i bitar

150 g ingefära, finhackad

2 msk sesamolja

2 msk rapsolja

5 dl saké

4 msk flytande kalv- eller kycklingbuljong

3 liter vatten

8 msk ljus miso

till soppan:

10 ägg

800 g torkade nudlar, kokta enligt anvisningar på paketet

100 g böngroddar, sköljda

120 g babyspenat

sesamfrön, rostade

salladslök, strimlade

shichimi togarashi, chilipepparflingor

Hetta upp sesam- och rapsolja. Fräs lök, grönsaker och ingefära ca 5 minuter utan att det tar färg.

Tillsätt musslor och saké, lägg på lock och ånga musslorna tills de öppnat sig.

Ta upp musslorna och spara dem täckta med plast, så att de inte torkar, till serveringen. Släng bort de som inte öppnat sig.

Tillsätt laxfenor i musselkoket samt buljong och vatten och låt koka cirka 15 minuter. Sila buljongen och smaka av med miso.

Pochera eller koka äggen lösa. Skala dem när de svalnat.

Koka nudlarna enligt anvisning.

Värm upp buljongen så att den är riktigt het.

# RAMEN - ASIATISKA SMAKER

## Chicken Katzsu Ramen

10 portioner

### Kyckling:

5 kycklingfiléer, delade på hälften så att man får två tunna.

5 dl vetemjöl

6 ägg uppvispade

8 dl pankoströbröd

2 liter fritureolja

### Buljong:

2 liter kycklingbuljong

8 portioner ramennudlar

8 msk japansk soja

5 msk risvinäger

### Topping:

kinesisk broccoli, lätt kokt

8 salladslökar, strimlade

5 sojapicklade ägg, halverade

Panera kycklingen först i mjöl, sen i ägg och sist i panko.

Se till att pankon täcker köttet ordentligt. Hetta upp oljan till 180° och fritera 4 minuter tills de är gyllenbruna och krispiga. Låt rinna av snabbt på hushållspapper. Skär i skivor.

Koka nudlarna i stormkokande vatten cirka 45 sekunder. Häll av

Värm tallrikar i ugn eller i varmt vatten.

Koka upp buljongen. Häll 1 msk soja och ½ msk vinäger i varje tallrik.

Häll på buljong, lägg i nudlar, broccoli och salladslök och toppa med kyckling och en halva sojapicklade ägg per portion

# RAMEN - ASIATISKA SMAKER

## Sojapicklade Ägg

10 portioner

10 ägg

1 ½ dl japansk soya

¾ dl mirin

1 ½ dl vatten

2 msk ingefära, hackad

Lägg ner äggen i kokande vatten, sänk värmen något och koka 6 minuter.

Äggen ska bli löskokta. Ett för hårt kokt ägg blir trist.

Låt äggen omedelbart kallna i kallt vatten.

Koka upp soja, mirin, vatten och ingefära och låt sjuda 5 minuter.

Låt svalna något och häll i en burk.

Skala äggen och lägg i marinaden

Förvara i kylan minst 10 timmar.

# RAMEN - ASIATISKA SMAKER

## Japansk Ostkaka

6 portioner, Ugnsvärme: 170°

6 ägg

250 g vit chocklad

250 g cream cheese

Separera äggulor och vitor i två skålar.

Täck skålen med äggvitor med plastfolie och ställ i kylskåp.

Lägg chokladen i en bunke i en kastrull med vattenbad och rör tills chokladen har smält.

Lägg i cream cheese i chokladen och blanda.

Rör också ner äggulorna.

Sätt in en bakplåt i ugnen och håll i varmt vatten till ett vattenbad.

Klä en bakform med oljat bakplåtspapper.

Vispa äggvitorna fasta och blanda försiktigt ner i smeten, lite åt gången.

Häll smeten i formen med oljat papper och sätt in i ugnen i vattenbadet.

Grädda 15 minuter i 170°, sänk värmen till 150° och grädda 15 minuter.

Stäng sedan av värmen och låt stå ytterligare 15 minuter på eftervärmen.

Ta bort papperet och pudra florsocker över.