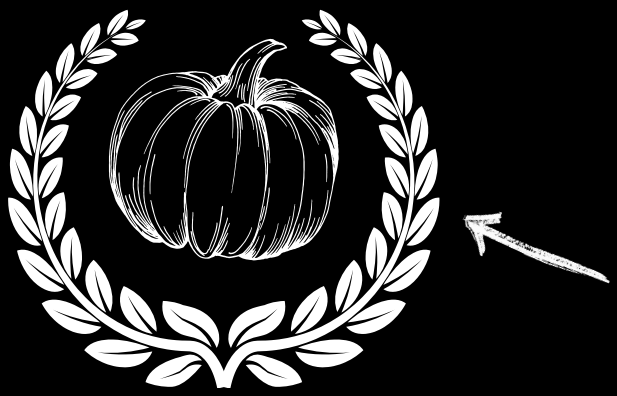
Shellsons
Kochmanufaktur
by Keven Muttschall

Happy Food Kochbuch

Japanische Herbst Snacks





"Kochen macht
Menschen glücklich!"

-Keven Muttschall-


Herbstliche
Okonomiyaki
Apfe-Walnuss

Zutaten

für 4 handgroße Stück

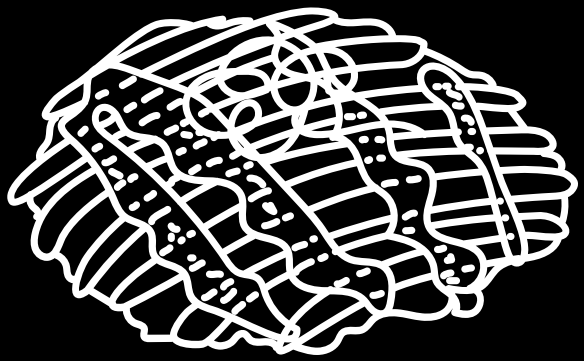
150 g Weizenmehl
40 g Kartoffelstärke
300 ml veganes Dashi
400 g Weiß- oder Spitzkohl, fein geschnitten
80 g säuerlicher Apfel, feine Stifte
50 g Walnüsse, geröstet & grob gehackt
40 g Frühlingszwiebeln, fein geschnitten
½ TL Salz
neutrales Öl zum Braten

Zum Fertigstellen

Vegane Okonomiyaki-Mayo
Okonomiyaki-/Takoyaki-Sauce
geröstete Walnüsse & Frühlingszwiebeln

Zubereitung

1. Mehl, Kartoffelstärke, Salz und Dashi zu einem glatten, eher flüssigen Teig verrühren.
2. Kohl, Apfel, Walnüsse und Frühlingszwiebeln unterheben. Nicht lange stehen lassen.
3. Etwas Öl erhitzen. Vier handgroße Okonomiyaki bei mittlerer Hitze ausbacken.
4. Die erste Seite gut setzen und bräunen lassen, vorsichtig wenden und fertig garen.
5. Mit Sauce und veganer Mayo garnieren. Walnüsse und Frühlingszwiebeln darübergeben.



Saucen

Vegane Okonomiyaki-Mayo

100 ml neutrales Öl
50 ml ungesüßter Sojadrink
1 TL Reisessig
1 TL Senf
1 TL Reissirup
1 Prise Salz

Mit dem Stabmixer cremig emulgieren.

Okonomiyaki-/Takoyaki-Sauce

100 g Ketchup
20 g vegane Worcestersauce
15 g Sojasauce
15 g Reissirup
1 weiche Dattel, fein püriert

Alles glatt verrühren bzw. kurz pürieren.


Mini Miso
Onigiri

Zutaten

Zutaten für 10 golfballgroße Stück

Reis

250 g japanischer Rundkornreis
285 ml Wasser
etwas Salz
10 kleine, quadratisch geschnittene Nori-Blätter

Süß-salzige Miso-Glasur

50 g helle Misopaste
15 g Mirin
10 g Sojasauce
10 g Reissirup
5 g Reisessig

Topping

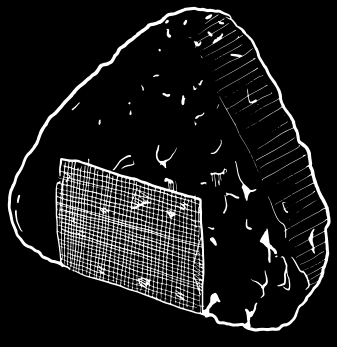
gerösteter Sesam · feine Frühlingszwiebeln

Zubereitung

1. Reis gründlich waschen. Mit 285 ml Wasser ca. 20 Minuten einweichen.
2. Reis garen und anschließend bei geschlossenem Deckel 10 Minuten ruhen lassen.
3. Den noch warmen Reis leicht salzen und mit angefeuchteten Händen zu 10 golfballgroßen Bällchen formen.
4. Misopaste, Mirin, Sojasauce, Reissirup und Reisessig zu einer dicken Glasur verrühren.
5. Die Glasur großzügig auf die Oberseite geben und mit dem Brenner karamellisieren.
6. Erst kurz vor dem Servieren auf ein kleines Nori-Quadrat setzen. Mit Sesam und Frühlingszwiebel toppen.

Tipp

Das Nori erst kurz vor dem Servieren unterlegen – so bleibt es trocken und knackig.





Shellsons
Kochmanufaktur
by Keven Muttschall

Erlebe mit uns dein Genussabenteuer!

Du hast Spaß am kochen?

Du liebst leckeres Essen?

Hast Spaß daran neue Leute kennen zu lernen?

Dann melde dich jetzt an!

Mitmachen!!

Shellsons
Kochmanufaktur
by Keven Muttschall

Wir freuen uns auf dich!

