



## Kakuni

für 2 Portionen | 3.5 Stunden | 1171 kcal

Kakuni, also japanischer geschmorter Schweinebauch, wird ganz langsam und schonend gemeinsam mit aromatischem Gemüse sowie Dashi und Sojasauce gekocht. Das zarte Ergebnis zergeht buchstäblich auf der Zunge und schmeckt als Topping für Ramen oder als Beilage zu Reisgerichten einfach köstlich!

### Zubereitung:

1. Zutaten für den zarten japanischen Schweinebauch Kakuni bereitlegen sowie die Dashi Brühe aus Kombu und Shiitake vorbereiten.
2. Zu allererst den Schweinebauch mit einem großen scharfen Messer möglichst einheitlich in 5 cm große Würfel schneiden.
3. Außerdem die Frühlingszwiebeln waschen, trockentupfen und in größere Stücke schneiden. Dann den Ingwer schälen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden.
4. Eine große, flache Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze erwärmen und den Schweinebauch mit der Fettseite nach unten hineinlegen – am besten ohne Öl. Das Fleisch von allen Seiten goldbraun anbraten, aber vorsichtig, denn das austretende, heiße Fett hinterlässt leicht Verbrennungen! Dieser Schritt reduziert das Fett des Fleisches und schützt das Fleisch später vor dem Auseinanderfallen.
5. Wenn das Fleisch schön gebräunt ist, aus der Pfanne auf ein Papiertuch heben und das überschüssige Fett abtupfen.
6. Den gebratenen Schweinebauch, die Frühlingszwiebeln und die Hälfte des Ingwers in einen großen Topf geben mit Wasser auffüllen. Den Deckel aufsetzen und den Sud aufkochen lassen.
7. Dann den Deckel abnehmen, die Hitze auf kleinste Stufe einstellen und das Fleisch für 2 Stunden ohne Deckel leicht köcheln lassen. Gelegentlich mit Bedacht umrühren. Sobald das Wasser zu stark reduziert ist, mehr lauwarmes Wasser hinzufügen, damit das Schweinefleisch stets mit kochendem Wasser bedeckt ist.
8. Nach Ablauf der Kochzeit das Fleisch mit einer Zange vorsichtig aus dem Sud heben, denn der Schweinebauch ist nun bereits butterzart. Den restlichen Sud durch ein Sieb seihen – dann kann dieser in Form einer Schweinebrühe gerne als Grundlage für eine leckere Nudelsuppe genutzt

### Zutaten:

- 500 g Schweinebauch
- 30 g Ingwer (frisch)
- 4 Frühlingszwiebeln
- 2 L Wasser
- 1 l Dashi Brühe
- 4 EL Sojasauce
- 4 EL Mirin
- 4 EL Sake
- 4 EL Zucker



- oder eingefroren werden.
9. Den benutzten Topf kurz mit klarem Wasser ausspülen und wieder auf den Herd stellen. Die Fleischwürfel zurück in den Topf legen und mit der vorbereiteten Dashi Brühe übergießen. Außerdem die zweite Hälfte des Ingwers, Sojasauce, Mirin, Sake und Zucker hinzugeben sowie vorsichtig verrühren.
  10. Erneut bei starker Hitze zum Kochen bringen und wiederum ohne Deckel für 1 Stunde bei kleinster Hitze köcheln lassen. Das Fleisch immer wieder mit dem Sud übergießen und zaghaft wenden. Sobald das Fleisch einen schönen Glanz annimmt, also nach circa einer Stunde, ist es fertig.
  11. Der japanische, geschmorte Schweinebauch ist nun fertig. Das Fleisch kann zum Beispiel direkt als Beilage zu Reis garniert mit etwas Senf serviert werden. Als Topping für leckere Ramen Nudeln sollte das Fleisch noch einmal über Nacht im Kühlschrank durchziehen. Dazu die Fleischwürfel in eine luftdicht verschließbare Box legen und mit dem Sud bis zur Hälfte übergießen. Schön gekühlt lässt sich das Fleisch am kommenden Tag besser in feine Streifen schneiden, um als herzhaftes Topping serviert zu werden. Alles, was nicht benötigt wird, kann dann problemlos eingefroren werden. Fertig – Itadakimasu!

