



Nasu no Agebitashi

für 2 Portionen | 25 Minuten | 181 kcal

Kreative Küche beginnt mit einfachen, frischen Zutaten. Nasu no Agebitashi kombiniert die knusprige Textur von frittierten Auberginen mit einer würzigen Marinade und bringt den authentischen Geschmack Japans direkt auf deinen Tisch. Lass dich von dieser einzigartigen Geschmacksreise inspirieren und bereichere dein Menü mit einem Hauch von Tradition und Raffinesse.

Zubereitung:

1. Zutaten für das leckere Auberginen Rezept bereitlegen.
2. Aubergine waschen, das grüne Ende abschneiden, längst vierteln und in etwa 2 cm breite Scheiben schneiden.
3. Die geschnittenen Auberginenstücke für 10 Minuten in Wasser einweichen. Tipp: Am besten noch einen Teller oben drauf legen, damit alle Stücke im Wasser sind.
4. Während die Auberginenstücke einweichen, die Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden, den Knoblauch fein hacken und den Ingwer fein reiben (Tipp: gerne eine japanische Reibe dafür nutzen, das klappt am besten).
5. In einem Topf Sojasauce, Mirin, Reisessig und Zucker vermischen. Die Frühlingszwiebeln, den Knoblauch und den geriebenen Ingwer hinzufügen. Alles gut verrühren und etwa 10 Minuten ziehen lassen.
6. Öl in einem tiefen Topf oder Wok erhitzen. Die abgetupften Auberginenstücke portionsweise (zum Beispiel mit einem hitzefesten Sieb) frittieren, bis sie in der Mitte weich und außen goldbraun sind (ca. 4 Minuten). Die frittierten Auberginen auf Küchenpapier abtropfen lassen.
7. Die vorbereitete Marinade bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und die Marinade köcheln lassen, bis sie leicht eingedickt ist (ca. 5 Minuten). Die Hitze abstellen und die frittierten Auberginen in die Pfanne mit der eingekochten Marinade geben sowie gut unterheben, sodass alle Stücke gleichmäßig bedeckt sind. Vom Herd nehmen und gerne für 1 Stunde ruhen lassen (du kannst die Aubergine aber auch sofort servieren!).
8. Die Auberginen auf einem Teller anrichten, mit geriebenem Ingwer garnieren und leicht gekühlt zu Reis und Miso Suppe servieren. Fertig – Itadakimasu!

Zutaten:

- 1 große Aubergine (etwa 300 g)
- 300 ml Öl (zum Beispiel Rapsöl)

Für die Marinade:

- 1 Frühlingszwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 20 g Ingwer (frisch)
- 50 ml Sojasauce
- 50 ml Mirin
- 2 EL Reisessig
- 1 EL Zucker

Optional als Garnitur:

- 20 g Ingwer (frisch)



1malJapan
1mal1japan.de