



Shiratama Zenzai

für 4 Portionen | 2 Stunden | 398 kcal

Mmmh, Shiratama Zenzai, eine selbst gemachte süße Adzukibohnensuppe schmeckt einfach richtig gut – vor zusammen mit kleinen, wundervoll zarten Mini-Mochi-Bällchen. Heute erkläre ich dir die einfache Zubereitung dieser japanischen Köstlichkeit Schritt für Schritt. Du brauchst nur wenige Zutaten und ganz gewöhnliche Küchenutensilien. Und so geht's!

Zubereitung:

1. Zutaten für die japanische Shiratama Zenzai mit Mini-Mochi-Bällchen bereitlegen.
2. Zu Beginn die Adzukibohnen in ein Sieb füllen und kurz unter kaltem Wasser abspülen. Falls beschädigte Bohnen dabei sind, bitte aussortieren. Anschließend die Bohnen in einen großen Topf füllen und mit dem Wasser übergießen.
3. Die Adzukibohnen bei mittlerer bis hoher Hitze aufkochen lassen, dann auf kleine Stufe einstellen und 90 Minuten köcheln lassen. Zwischendurch die Bohnen gelegentlich umrühren und ggf. mit frischem Wasser auffüllen, damit die Bohnen stets mit Wasser bedeckt sind.
4. Nach 45 Minuten können die Mini-Mochi-Bällchen zubereitet werden: Dazu das Klebreismehl in einer Schüssel mit dem Wasser vermischen.
5. Beides mit den Händen zu einem Teig verkneten. Tipp: Der Teig sollte fest, aber nicht trocken wirken – auch sollte er geschmeidig sein, ohne zu zerlaufen. Ansonsten entweder kleine Mengen (nicht mehr 1 TL nacheinander) Klebreismehl oder Wasser hinzufügen und wieder verkneten, bis der ideale Teig entstanden ist.
6. Den Teig zu einer kleinen Schlange formen und mit einem Messer halbieren. Jede Hälfte wieder zu einer Schlange formen und dann jeweils in 6 Stücke schneiden – den gesamten Teig also in 12 etwa gleich große Teile zerteilen.
7. Jedes Teigstückchen zwischen den Handflächen zu schönen Kugeln formen. So entstehen 12 gleich große Kugeln.
8. In einem großen Topf 2 Liter Wasser zum Kochen bringen, den Herd dann auf mittlere Hitze stellen. Alle 12 Kugeln in das kochende Wasser geben, einmal vorsichtig umrühren (damit die Kugeln nicht am Boden festkleben) und für 5 Minuten kochen lassen, sodass jede Kugel an die Wasseroberfläche aufgestiegen ist.

Zutaten:

Für die Adzukibohnensuppe:

- ☐ 200 g Adzukibohnen (getrocknet)
- ☐ 200 g Zucker
- ☐ 1 l Wasser

Für die Mini-Mochi-Bällchen:

- ☐ 50 g Klebreismehl
- ☐ 50 ml Wasser



1maljapan
1mal1japan.de

9. In der Zwischenzeit eine Schüssel mit eiskaltem Wasser bereitstellen. Dann die Kugeln mit einem Schaumlöffel oder einem Sieb aus dem Wasser heben und in das vorbereitete kalte Wasser geben. Kurz abschrecken und dann auf Küchenpapier abtropfen lassen.
10. Zurück zur Adzukibohnensuppe: Nach 90 Minuten den Zucker hinzugeben, gründlich verrühren und alles für 15 Minuten bei mittlerer Hitze einköcheln lassen. Die Suppe sollte dann ganz leicht zähflüssig sein und einen schönen Glanz haben.
11. Dann die warme, süße Adzukibohnensuppe auf Schüsseln verteilen und jeweils drei Mini-Mochi-Bällchen hinzugeben. Die fertige Shiratama Zenzai unbedingt warm servieren. Fertig – Itadakimasu!

