Tan-Men

für 2 Portionen | 20 Minuten | 715 kcal

Tan-Men ist eine japanische Ramen Nudelsuppe mit kurz gebratenem Schweinebauch und knackigem Gemüse – es ist eins der schnellsten Ramen Rezepte und perfekt geeignet, um ein japanisches Abendessen in Windeseile selbst zu zaubern! Inspiriert ist dieses Rezept durch die sehr beliebte Serie Midnight Diner: Tokyo Stories, wo vor allem typisch japanische Hausmannskost auf den Tisch kommt!

Zubereitung:

1. Zutaten für die japanischen Tan-Men mit gebratenem Gemüse bereitlegen. Außerdem sollte nun die Tori Chintan Brühe fertig sein und in einem Topf heiß bereitstehen.
2. In einem Topf etwa 300 ml Wasser zum Kochen bringen. Dann die getrockneten Black Fungus Pilze hinzufügen und 3 Minuten kochen lassen. Danach in einem Sieb abtropfen lassen und unter fließendem kaltem Leitungswasser abspülen, bis die Pilze abgekühlt sind. Die überschüssige Flüssigkeit mit den Händen aus den Pilzen herausdrücken. Die Pilze in dünne Streifen schneiden.
3. Außerdem die Frühlingszwiebeln waschen, trockentupfen und in 5 cm lange Stücke schneiden. Die weißen Enden in feine Ringe hacken und für die Garnierung separat legen. Die Möhre schälen oder abwaschen, mit einem großen scharfen Messer halbieren und längst in 5 cm lange Stifte schneiden. Die Sojasprossen unter fließendem Wasser abspülen. Den Schweinebauch in 1 cm breite Streifen schneiden.
4. Die Blätter vom Kohlkopf lösen, indem mit einem scharfen Messer jedes Blatt nacheinander am Stiel eingeritzt und vorsichtig vom Kohl abgezogen wird. Die Blätter übereinanderlegen und mit einem großen Messer längst und dann quer in quadratische Streifen schneiden.
5. In einem großen Topf Wasser für die Ramen Nudeln (pro Portion Nudeln einen Liter Wasser) zum Kochen bringen.
6. Währenddessen in einer Pfanne mit höherem Rand (idealerweise ein Wok) das Sesamöl bei starker Hitze erwärmen und den Schweinebauch hinzugeben. Sobald der Schweinebauch nicht mehr rosa ist, Sake sowie die Black Fungus Pilze, Frühlingszwiebeln und Möhren hinzufügen und ebenfalls anbraten.

Zutaten:

- ☐ 2 Portionen Ramen Nudeln
- ☐ 1 l Tori Chintan Brühe – Hühnerbrühe
- ☐ 100 g Schweinebauch
- ☐ 6 Black Fungus Pilze (getrocknet)
- ☐ 4 Blätter Weißkohl (alternativ China- oder Spitzkohl)
- ☐ 1 Möhre
- ☐ 1 Handvoll Sojasprossen
- ☐ 3 Frühlingszwiebeln
- ☐ 4 EL Sake
- ☐ 4 EL Sojasauce
- ☐ 1 EL Sesamöl

7. Nun den klein geschnittenen Kohl und die Sojasprossen dazugeben und kurz mitbraten. Jetzt mit Sojasauce übergießen, die Hitze auf mittlere Stufe stellen und solange garen, bis der Kohl weich wird (am besten zwischendurch die Pfanne schwenken oder das Gemüse mit einem Pfannenwender bewegen). Nicht länger als 5 Minuten braten lassen, dann sollte der Kohl zart werden.
8. Sobald der Kohl weich ist, die heiße Tori Chintan Hühnerbrühe hinzufügen und alles zum Köcheln bringen. Dann die Hitze abstellen – die Suppe für das Ramen Nudelgericht ist fertig.
9. Währenddessen in das kochende Wasser die Ramen Nudeln geben und 2 Minuten (oder je nach Kochanleitung auf der Verpackung) garen. Danach in ein Sieb abgießen und kurz, aber gründlich mit kaltem Wasser abschrecken.
10. Ramen Nudeln auf Schüsseln aufteilen und mit der aufgekochten Suppe auffüllen. Nun die grünen Teile der Frühlingszwiebel darauf verteilen. Fertig – Itadakimasu!