KIKKOMAN

Mapo-Tofu mit Rindshackfleisch und Chili-Crisp

Gesamtzeit **30 Min.** **15 Min.** Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1'604 kJ / 384 kcal

Fett: **21.8 g** Eiweiss: **31.8 g**
Kohlenhydrate: **14.3 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

Für den Crisp:

2 TL	Chiliflocken
1 EL	Sultaninen (alternativ: Rosinen oder Cranberries)
1 EL	Erdnüsse, gehackt
1 EL	Sonnenblumenkerne
3 TL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce

Für den Mapo-Tofu:

400 g	fester Tofu
1 Bund	Frühlingszwiebeln
1	rote Peperoni
1	Knoblauchzehe
2 EL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
400 g	Rindshackfleisch
400 ml	Fleischbouillon
2 EL	Toban Djan (Chili-Bohnen-Sauce)
4 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
1 TL	brauner Zucker
	(Szechuan-)Pfeffer, gemahlen
1 EL	Maisstärke

ZUBEREITUNG

Schritt 1

2 TL Chiliflocken - **1 EL** Sultaninen (alternativ: Rosinen oder Cranberries) - **1 EL** Erdnüsse, gehackt - **1 EL** Sonnenblumenkerne - **3 TL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
Chiliflocken, Sultaninen, Erdnüsse und Sonnenblumenkerne in einer grossen Pfanne anrösten, mit Kikkoman Sojasauce würzen und herausnehmen.

Schritt 2

400 g fester Tofu - **1 Bund** Frühlingszwiebeln - **1** rote Peperoni - **1** Knoblauchzehe - **2 EL** Kikkoman geröstetes Sesamöl - **400 g** Rindshackfleisch
Tofu in 2 cm grosse Würfel, Frühlingszwiebeln schräg in Ringe und Peperoni in Stücke schneiden. Knoblauch fein hacken. Kikkoman Sesamöl in einer Pfanne oder einem Wok erhitzen, Hackfleisch, die Hälfte der Frühlingszwiebeln, Peperoni und Knoblauch dazugeben und gut anbraten.

Schritt 3

400 ml Fleischbouillon - **2 EL** Toban Djan (Chili-Bohnen-Sauce) - **4 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **1 TL** brauner Zucker - (Szechuan-)Pfeffer, gemahlen
Bouillon angiessen, Toban Djan zufügen und alles gut verrühren. Tofuwürfel zugeben und vorsichtig vermischen, damit sie nicht zerfallen. Mit Kikkoman Sojasauce, Zucker und Pfeffer würzen und ca. 5 Minuten köcheln lassen.

Schritt 4

1 EL Maisstärke
Stärke mit 2 EL kaltem Wasser verrühren und die

Sauce damit andicken, bis die Zutaten mit einer glänzenden Schicht überzogen sind. Das Gericht mit dem Crisp und den übrigen Frühlingszwiebeln garnieren und servieren.

Dazu schmeckt Duftreis.