KIKKOMAN

Koreanische Kimchi Omletten

Gesamtzeit **20 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit **10 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1'696 kJ / 386 kcal

Fett: **19.4 g** Eiweiss: **15.6 g**
Kohlenhydrate: **38.4 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Für den Omlettenteig

100 g	Chinakohl (4-5 Blätter)
1	Zwiebel
6	geschälte Crevetten
60 g	Weizenmehl
20 g	Kartoffelmehl (oder Maisstärke)
90 g	Wasser
2 EL	Kikkoman scharfe Chilisauce für Kimchi
2 EL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
	Frühlingszwiebelringe nach Belieben

Für die Sauce

3 EL	Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack
1 EL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
1 EL	Zucker
2 EL	weisser Sesam
1 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Für den Omlettenteig den Chinakohl waschen, trocken tupfen und grob hacken. Die Zwiebel abziehen und in dünne Scheiben schneiden. Die Crevetten je nach Grösse halbieren oder dritteln.

Schritt 2

Das Weizenmehl und das Kartoffelmehl in eine Schüssel geben, nach und nach ca. 90 ml Wasser dazugeben und mit einem Schneebesen zu einem glatten Teig verrühren, um Klümpchen zu vermeiden.

Schritt 3

Die Kikkoman Kimchi Chili Sauce dazugeben und verrühren. Die übrigen Zutaten (bis auf das Sesamöl) für den Omlettenteig dazugeben und vermischen.

Schritt 4

Das Sesamöl in eine Bratpfanne geben, stark erhitzen und erst eine Seite knusprig backen, dann wenden und die andere Seite genauso backen.

Schritt 5

Zum Schluss mit etwas Sesamöl beträufeln und knusprig braten. Nach Belieben mit einigen Frühlingszwiebeln garnieren.

Schritt 6

Für die Sauce alle Zutaten vermischen und zu den Omletten servieren.