

Pfannkuchen mit Chinakohl, Bauchfleisch und Bratnudeln

Für zwei Personen

Für den Pfannkuchen:

3 dünne Scheiben Bauchfleisch	$\frac{1}{2}$ Chinakohl	50 g Bambussprossen
1 Frühlingszwiebel	500 g Okonomiyaki-Mehl	

Für das Omelett:

1 Ei	1 EL neutrales Öl
------	-------------------

Für die Okonomiyaki-Sauce:

$3\frac{1}{2}$ TL Worcestersauce	2 TL Austernsauce	4 TL Tomatenketchup
$1\frac{1}{2}$ TL Zucker		

Für die Nudeln:

200 g Quick Cook Noodles	1 EL neutrales Öl	Salz
--------------------------	-------------------	------

Für die japanische Mayonnaise:

1 Zitrone	1 Ei	1 TL Dijon-Senf
1 TL Reisessig	1 Msp. Dashipulver	180 ml Pflanzenöl
1 TL Zucker	$\frac{1}{4}$ TL Salz	

Für die Garnitur:

2 EL getrocknete Bonitoflocken	1 Frühlingszwiebel
--------------------------------	--------------------

Für den Pfannkuchen: Den Chinakohl putzen und drei große Blätter in feine Streifen schneiden.

Frühlingszwiebel ebenfalls putzen und in dünne Ringe schneiden. Für den Pfannkuchenteig Okonomiyaki-Mehl mit 500 ml vermengen und zu einem glatten Teig ohne Klümpchen verarbeiten. Ggf. durch ein feines Haarsieb streichen. Teig in eine Pfanne geben. Nach etwa 1 Minute die den geschnittenen Chinakohl, die Bambussprossen, die Frühlingszwiebeln und das Bauchfleisch über den Pfannkuchen geben.

Alles mit Teig bedecken und schließlich vorsichtig mit zwei Pfannenwendern wenden. Nun die zweite Seite des Pfannkuchens goldgelb braten.

Für das Omelett: Für das Omelett ein Ei in eine Pfanne mit Öl geben und das Eigelb zerstechen und gleichmäßig in der Pfanne verteilen. Bevor das Ei vollständig gegart ist, aus der Pfanne heben und auf den Pfannkuchen in der anderen Pfanne geben.

Für die Okonomiyaki-Sauce: Für die Sauce Worcestersauce, Austernsauce und Ketchup in einer Schale verrühren. Mit Zucker abschmecken und beiseite stellen.

Für die Nudeln: Die Nudeln in Salzwasser garen, abtropfen lassen und in einer Pfanne mit Öl anbraten. Einen Esslöffel der zuvor zubereiteten OkonomiyakiSauce zu den Nudeln geben und alles schwenken. Die Nudeln zu einem Kreis formen. Den Pfannkuchen auf die Nudeln heben.

Für die japanische Mayonnaise: Eigelb und Senf in einem hohen Gefäß für eine halbe Minute mixen.

Langsam etwa $\frac{1}{4}$ des Öls hineingeben. Dann Salz, Zucker und Dashipulver hinzugeben und ein weiteres Viertel des Öls langsam zugießen. Zitrone heiß abspülen, halbieren und Saft auspressen. Zum Schluss Reisessig, Zitronensaft und das restliche Öl hineingeben. So lange mixen, bis alles schön cremig ist.

Für die Garnitur: Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden.

Das Gericht auf Tellern anrichten, mit Frühlingszwiebeln, Bonitoflocken und japanischer Mayonnaise garnieren und servieren.

Vivien Redmann am 02. September 2019