

Mit Mangold gefülltes japanisches Omelett, Reis-Chips

Für zwei Personen

Für das Tamagoyaki:

2 Stangen Mangold	2 Eier	1 TL Mirin
1 TL Ponzusauce	Erdnussöl	Salz, Pfeffer

Für den Chip:

3 Reisteigblätter	Öl	Salz
-------------------	----	------

Für die Radieschen:

1 Bund Radieschen	2-3 cm Ingwer	40 ml Reisweinessig
1 Schuss Ahornsirup	20 ml Sojasauce	

Für die Zwiebelschale:

1 kleine Zwiebel	20 ml Ponzusauce	
------------------	------------------	--

Für die Mayonnaise:

1 Ei	1 TL Senf	120 ml Sonnenblumenöl
1 TL Weißweinessig	2 TL Wasabipaste	1 TL Mirin

Salz

Für das Tamagoyaki:

Die Eier mit Mirin, Ponzusauce, Salz und Pfeffer verquirlen.

Mangoldblätter vom Stängel befreien, kurz blanchieren und ins Eisbad legen.

Eine beschichtete Pfanne mit Öl einstreichen, etwas von der Eimasse in die Pfanne geben und Ei stocken lassen.

Ein trockengetupftes Mangoldblatt drauflegen und zum Pfannenrand aufrollen.

Eine weitere Eischicht in die Pfanne geben, stocken lassen, Mangold draufgeben und zum anderen Pfannenrand rollen, so weiter verfahren bis die Eimasse aufgebraucht ist. Rolle in Scheiben schneiden.

Für den Chip:

Öl in eine Pfanne geben und stark erhitzen.

Reisteigblatt hineingeben bis es aufpoppt. Herausnehmen, abtupfen und salzen.

Für die Radieschen:

Reisweinessig, Ahornsirup und Sojasauce in einem Topf aufkochen.

Radieschen in feine Scheiben hobeln. Ingwer in Scheiben schneiden.

Radieschen und Ingwer in ein verschraubbares Glas geben und kochenden Sud über die Radieschen geben und Glas verschließen.

Bis zum Anrichten stehen lassen.

Für die Zwiebelschale:

Zwiebel halbieren und die einzelnen Schalen voneinander lösen. Pfanne stark erhitzen. Zwiebelchale mit der Schnittfläche in die Pfanne geben und schwärzen. Zum Anrichten Ponzusauce in eine Zwiebelchale füllen.

Für die Mayonnaise:

Ei trennen und Eigelb mit Senf gut verrühren, bei laufendem Stabmixer das Öl langsam hineinfließen lassen und zur Mayonnaise hochziehen. Mit Wasabi, Essig, Salz und Mirin abschmecken. Mayonnaise in eine Zwiebelchale füllen.

Konstanze Hanke am 30. August 2022