



## JAPAN

**Festmåltid:**

Forrett: Svinekjøtt og nudler

Hovedrett: Sukiyaki

Dessert: Snøhvitgelé

**Andre oppskrifter:**

Kylling og egg på ris

### Forrett: Stekt svinekjøtt med nudler

**Ingrediensene**

Antall porsjoner: 4

1 ark nori (plater av sammenpresset og tørket tang)

1 ss olje

150 g svinekjøtt i små strimler

5 vårløk i korte lengder

1 stor gulrot i tynne strimler

200 g kinakål, strimlet

500 g nudler (forsiktig trukket fra hverandre)

2 ss vann

2 ss japansk soyasaus

1 ss worcestersaus

1 ss mirin (japansk risvin)

2 ts sukker

90 g bønnespirer

**Framgangsmåte:**

1. Skjær norien i fine strimler (eller kjøp ferdig)

2. Varm oljen i en stor, dyp kjele eller wok. Rørestek kjøtt, vårløk og gulrot på middels varme i 1-2 min, eller til kjøttet akkurat skifter farge. Pass på at blandingen ikke steker lenge, da vil kjøttet bli seigt og grønnsakene slappe.

3. Tilsett kål, nudler, vann, soyasaus, worcestersaus, mirin og sukker. Kok under lokk i ett minutt. Tilsett bønnespirene og bland godt.

4. Strimle noriarket og dryss over. Serveres straks.

## **Hovedrett: Sukiyaki**

Dette er Japans nasjonalrett. Med en elektrisk kokepanne på bordet lages maten mens man sitter til bords. Men det går også an å jukse litt ved komfyren.

### **Ingrediensene:**

Antall porsjoner: 4  
600 g oksekjøtt  
kinakål  
purre  
sopp  
løk  
gulrøtter  
4 egg

### **Til sausen:**

2 dl soyasaus  
0,7 dl sukker  
0,5 dl sake eller øl  
3 dl vann

### **Tilbehør:** ris

### **Fremgangsmåte:**

1. Sausen lages av vann, sukker og soyasaus. Kok opp. Øl tilsettes til slutt.
2. Grønnsakene skjæres i medium store biter. Anrett dem på ett eller flere fat. Alt settes på bordet.
3. Hvis mulig brukes en elektrisk kokepanne/kokeplate på bordet. Sausen skal småkoke i gryta. Kjøtt og grønnsaker tilsettes.
4. Ett egg til hver person halvviskes og settes ved hver kuvert. Dette skal brukes som dip. Det kokte kjøttet og grønnsakene skal dyppes i egg før det spises.

## Dessert: Snøhvitgelé

### Ingrediensene

6-8 store jordbær (kuttet i to på langs)  
2 ½ ss gelatinpulver (eller en blokk 25 x 3 x 3 cm)  
2 ½ dl sukker  
4 dl vann  
2 eggehviter  
1 ss sitronsaft

### Framgangsmåte:

1. Gelatinpulveret has i en liten kasserolle. Tilsett 4 dl vann, og rør til pulveret er helt oppløst mens du varmer blandingen til den kommer til kokepunktet. (Hvis du bruker gelatinplater, følg anvisningen på pakken.)
2. Varm opp væsken, løs opp sukkeret.
3. Pisk eggehvitene til de blir stive. Fortsett å piske eggehvitene mens du forsiktig har i gelatinen. Bland inn sitronsaften. Fortsett å piske blandingen i ca ett min.
4. Fukt en form med litt vann. (Bruk helst en rundform.) Legg en del av jordbærene i bunnen. Hell over geleblanding, fyll på med resten av jordbærene. Hell resten av geleblanding over.
5. Sett formen i kjøleskap eller i kaldt vann ca 1 time. Hvelv den ut av formen og på et serveringsfat.

## ANDRE OPPSKRIFTER

### Oyaku Donburi - Kylling og egg på ris

Oyaku Donburi er en typisk lunsjrett fra japan. Oya betyr mor, ku betyr barn, donburi er en stor risskål.

#### Ingrediensene

Antall porsjoner: 4  
6 dl ris  
200 g kyllingfileter  
1 løk  
4 egg

#### Til suppe:

3 dl vann  
4 ss kikoman soyasaus  
4 ss sake (risvin)  
3 ss sukker

#### Fremgangsmåte:

1. Kok risen.
2. Kutt kyllingen i terninger på ca 2 cm. Kutt løken i tynne strimler.
3. Legg kylling og løk i en gryte sammen med ingrediensene til suppen. Kok under lokk til kyllingen er ferdig.
4. Slå sammen et egg. Ta en fjerdedel av det som er i gryten over i en mindre gryte og sett denne på platen. Slå det sammenpiskede egget over og la det koke opp slik at egget stivner.
5. Ha ris i en dyp suppebolle og slå blandingen over risen.

Gjør det samme (4 og 5) med de neste tre porsjonene.