

Kimchi-Jjigae (Kimchi Eintopf)

Korea (für 4 Personen)

Zutaten:

- 500-600g (inkl. Saft) gereifter Kimchi (z.B. im Beutel)
- 400g Schweinsbrust (roher Speck)
- 300g Tofu
- 3 Frühlingszwiebeln
- 1 Zwiebel
- 100g Shiitake Pilze
- 2 Knoblauchzehen
- 1 daumenspitze grosses Stück Ingwer
- 1 Esslöffel Tomatenmark
- 3 Esslöffel Reiswein (Mirin)
- Pfeffer
- Sesamöl
- Chiliflocken (je nach Schärfewunsch)
- 0.5l Fischfond flüssig oder Pulver (Original ist es Sardellenbrühe)
- Sojasauce
- 1 gehäufte Esslöffel Zucker
- eine Hand voll Sesamkörner

Vorbereitung:

- Die Kimchi-Packung öffnen und den Saft in eine Schale leeren. Dann den Kimchi-Kohl von Hand weiter auspressen und den Saft ebenfalls in die Schale geben.
- Den ausgepressten Kohl ggf. noch in mundgerechte Stücke schneiden.
- Vom Speck ggf. die Rinde ab- und Knochen rausschneiden. In mundgerechte gut 5mm dicke Streifen schneiden.
- Mit Reiswein und Pfeffer einreiben und min. 15 Minuten marinieren.
- Den Tofu abtropfen und ebenfalls in 1.5cm dicke Scheiben zu ca. 5x5cm schneiden.
- Die Frühlingszwiebeln waschen, trocknen und den grössten Teil des Grünen längs in ca. 3cm lange Streifen schneiden. Einen kleinen Teil aber in dünne Scheibchen schneiden zum am Schluss garnieren.
- Das Weiss der Frühlingszwiebeln in Scheiben schneiden und den Knoblauch und Ingwer kleinschneiden.
- Shiitakepilze: Stielenden abschneiden, waschen, trocknen und in 7mm dicke Streifen schneiden.
- Ggf. den Pulver-Fischfond kurz mit Wasser aufkochen.

Zubereitung:

- In einer tiefen, schweren Pfanne wenig Öl erhitzen und das marinierte Fleisch ca. 4 Minuten anbraten.
- Das Weiss der Zwiebeln, Ingwer und Knoblauch zugeben und kurz danach den Kimchi.

Tipp:

- Ebenso etwas Chiliflocken und Zucker und alles knapp 10 Minuten unter gelegentlichem Umrühren braten.
 - Die Frühlingszwiebel-Streifen, Tomatenmark, das Kimchiwasser und so viel Fischfond zugeben, dass alles knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. 20 Minuten köcheln.
 - Mit wenig Sojasauce abschmecken. Es sollte süss-sauer, scharf und herzhaft (umami) schmecken.
 - Die Tofu-Scheiben und die Pilze schön dekorativ obenauf legen, etwas Flüssigkeit und wenig Sesamöl darüber giessen und weiter zugedeckt köcheln, bis alles heiss ist (ca. 5 Minuten).
 - Am Schluss die restlichen rohen Frühlingszwiebeln und etwas Sesamkörner darüber streuen.
-
- Ganz heiss in Schalen oder Suppentellern servieren.
 - Zusammen mit wenig weissem Reis.
 - Auch gut in einem Le Creuset Profitopf zu kochen.
 - Je nach Flüssigkeitsmenge kann man damit einen Eintopf oder eine Suppe darstellen.
 - Eines der traditionellsten koreanischen Rezepte.

