

Izakaya - småretter og tilbehør



1

Tangsalat – en enkel vri på tsukemono

Bløtlegg tangen i kaldt vann i noen minutter og klem ut vannet. Del agurken på langs skrap ut kjernen med skje og del i skiver.

2

Visp sammen sesamolje, riseddik, sukker, salt og sesamfrø, vend sammen med agurk og tang. La trekke i minimum 15 minutter.

TIPS! Ekte tsukemono er lett fermentert. Gni agurkbitene med litt salt. Masér godt inn og vend med resten av ingrediensene. Tilsett gjerne litt tørket chili. Legg på press, dekk til og la stå i kjøleskapet i minst 8 timer.

3

Goma Ae - spinatsalat

Forvell spinat raskt i lettsaltet vann, maks 2 minutter. La renne av og legg i iskaldt vann. Klem ut resten av vannet. Grovkutt.

4

Rist sesamfrø lett i en varm, tørr panne til gylne og mos i en morter til medium fint. Tilsett sukker og mos videre. Rør inn soya, sake og olje og vend dressingen med spinaten.

5

Japanske syltede egg



Stikk hull i eggene. Kok opp vann og senk eggene forsiktig ned i det kokende vannet og kok i 6 minutter. Hell av vannet og skrell eggene under rennende kaldt vann.

6

Legg eggene forsiktig ned i en bolle. Bland sammen vann, sake, soyasaus, mirin, sukker og matfarge godt sammen. Hell laken over eggene og dekk til med plastfolie. La eggene marinere i 12-24 timer. Hell av laken og server.

7

Edamame med salt

Kok opp en gryte med lettsaltet vann. Ha i frosne edamame-bønner og kok til møre, ca. 5 minutter. Hell av vannet og vend inn smør. Ha over i en serveringsskål og dryss over salt.

TIPS! Server edamame med salt som en del av et større Izakayamåltid, gjerne med sashimi, tangsalat (wakamé), stekt eller marinert tofu, tsukemono og goma ae.

Ingredienser

Tangsalat

Tørket sjøtang til salat

10 g (ca 2 dl)

Agurk

1 stk

Sesamolje

1 ts

Tangsalat

Goma ae

Japanske syltede egg

Edamame med salt

Riseddik	2 ss
Sukker	1 ss
Flaksalt	0,5 ts
Sesamfrø	1 ss

Goma ae

Spinat	400 g
Sesamfrø	4 ss
Sukker	4 ts
Sake	1 ss
Shoyu/soyasaus	2 ss
Mørk sesamolje	1 ts

Japanske syltede egg

Prior Egg	6 stk
Vann	2 dl
Sake	2 dl
Soyasaus	1 dl
Mirin	1 dl

Tangsalat

Goma ae

Japanske syltede egg

Edamame med salt

Goma ae

Japanske syltede egg

Edamame med salt

Sukker	1,5 dl
--------	--------

Rosa matfarge eller rødbetejuice (kan sløyfes) 1 knivsodd

Edamame med salt

Edamamebønner i belg 400 g

Smør	1 ss
------	------

Flaksalt 1-2 ts