

Kombu Dashi

mit Gemüse und Meeresfrüchte



Zutaten für 4 Personen

- 10 g getrocknete Kombu-Algen
- 30 g getrocknete Bonitoflocken
- einige Federkohl- oder Wirsingblätter
- 8 rohe «Eden» Shrimps
- 50 g Butter
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stange Lauch, nur das Weisse
- 1 Handvoll Erbsen, frisch oder gefroren
- 1 Prise Chiliflocken
- 200 g roher Lachs in Sashimi-Qualität oder geräucht, in 4 Stücke geschnitten
- 1 EL Ponzusauce
- 2 EL Sake

Zubereitung

Kombu Dashi: Kombu-Algen mit feuchtem Haushaltspapier abwischen. Mit spitzem Messer mehrere Male durchstechen, so kann mehr Geschmack austreten.

Ein grosser Topf mit 1 Liter kaltem Wasser füllen, die Algen dazugeben und alles ganz langsam erhitzen.

Kurz bevor das Wasser zu kochen anfängt, die Algen herausnehmen und die Bonitoflocken dazugeben. Herd ausschalten.

Sobald die Bonitoflocken auf den Grund des Topfs gesunken sind, den Fond durch ein sehr feines Sieb oder besser Tuch abgiessen. Er sollte nun einen zarten Meeresschmack haben.

Abkühlen lassen.

Knoblauchzehe fein hacken, Lauch längs halbieren und fein schiebeln.

Kohlblätter vom mittleren Strunk befreien und in mundgerechte Stücke zupfen oder schneiden.

In einer Pfanne die Butter schmelzen lassen, darin den Knoblauch und Lauch zirka 10 Minuten bei kleinem Feuer dämpfen, das Gemüse soll dabei keine Farbe annehmen.

Chiliflocken zugeben, rühren, den Kombu-Dashi-Fond zugeben und langsam aufköcheln lassen. Mit Ponzu und Sake würzen.

Restliches Gemüse begeben und einige Minuten mitköcheln, bis es bissfest ist.

Shrimps dazugeben, kurz für 2 Minuten ziehen lassen. Rohen Lachs in Schalen verteilen, dazu alle Suppenzutaten. Heisse Suppe darüber geben.