

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 01. August 2022** ▪  
**Leibgericht mit Johann Lafer**



**Raphael Wlotzki**

**Schnelle Tonkotsu mit Tare, Somen, Schweinemedallion  
und wachweichem Ei**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Tonkotsu:**  
 100 g weißer Speck  
 500 ml Hühnerfond  
 100 ml Sojamilch

Den weißen Speck in Scheiben schneiden und in kochendem Wasser 3-5 Minuten garen. Speck mit Fond und Sojamilch in einem Mixer pürieren und durch ein feines Sieb zurück in einen Topf geben. Diesen Sud erhitzen.

**Für die Tare:**  
 2 EL Tahini  
 2 EL Misopaste  
 4 EL Mirin  
 1-2 EL Sake  
 4 EL japanische Sojasauce  
 2 EL geröstetes Sesamöl

Misopaste, Sojasauce, Tahini, Mirin, Sake, Sesamöl und 4 EL Wasser in einer Schüssel glattrühren.

**Für die Somen:**  
 200 g Somen-Nudeln

Somen für 2–3 Minuten in Wasser kochen, dann abgießen.

**Für die Schweinemedallions:**  
 2 Schweinemedallions à 150 g, ca. 2 cm  
 dick  
 Neutrales Öl, zum Braten  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Fleisch abwaschen und trockentupfen. Pfeffern, salzen und von beiden Seiten je 2 Minuten in einer Pfanne mit Öl scharf anbraten. In der heißen Pfanne nachziehen lassen. Kurz vor dem Servieren in Tranchen schneiden.

**Für die wachweichen Eier:**  
 2 Eier  
 3 EL japanische Sojasauce

Eier 7 Minuten kochen, in Eiswasser abschrecken, schälen und in eine Schale mit Sojasauce legen.

**Für die Garnitur:**  
 1 Stange Lauch  
 1 TL Mais, aus der Dose  
 1 Noriblatt  
 1 TL schwarzer Sesam  
 1 TL weißer Sesam  
 1 TL Shichimi Togarashi  
 2 TL Chiliöl

Lauch putzen, längs halbieren und in feine Ringe schneiden. Noriblatt in Quadrate schneiden. Suppe mit Lauch, Noriblatt, Mais, Sesam, Shichimi Togarashi und Chiliöl garnieren.

Je einen großen Löffel Tare in eine Suppenschüssel geben und 3 -4 Kellen Brühe darauf geben. Die Nudeln dazu geben und Schweinemedallions darauf anrichten. Mit Noriblatt, Lauch, Sesam, Togarashi und Chiliöl garnieren und servieren.