

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 13.03.2025 ▪
Tagesmotto "Kreative Pfannkuchen-Gerichte" mit Zora Klipp



Tanja Rauscher

Okonomiyaki mit Okonomi-Sauce und japanischer Mayonnaise

Zutaten für zwei Personen

Für das Okonomiyaki:

½ Spitzkohl
250 g Champignons
1 Frühlingszwiebel
50 g eingelegter roter Ingwer
1 Ei
2 TL Sojasauce
Sesamöl, zum Anbraten
100 g Okonomiyakiko (spezielles Mehl für Okonomiyaki)
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Pilze in Streifen schneiden und in einer Pfanne mit etwas Sesamöl anbraten. Spitzkohl in dünne Streifen schneiden und waschen.

Frühlingszwiebel waschen und in kleine Ringe schneiden.

Das Mehl zusammen mit 100 ml Wasser und dem Ei in einer Schüssel verrühren.

Anschließend Spitzkohl, Pilze, eingelegten Ingwer, Frühlingszwiebel und Sojasauce in den Teig geben und alles vermengen.

Mit Pfeffer, Muskat und evtl. Salz oder noch weiterer Sojasauce

abschmecken. Die Okonomiyaki-Masse gleichmäßig in einer Pfanne

verteilen und in Sesamöl von beiden Seiten jeweils 4-6 Minuten anbraten.

Für die Okonomi-Sauce:

3 EL Worcestershiresauce
3 EL Ketchup
1 EL Sojasauce
2 EL Austernsauce
2 EL Zucker

Alle Zutaten in ein Gefäß geben und mit dem Stabmixer verrühren. Die fertige Sauce in eine Spritzflasche füllen.

Für die japanische Mayonnaise:

¼ Zitrone, Saft
1 Ei
1 TL Senf
1 EL Reisessig
1 EL Sojasauce
1 TL Honig
180 g neutrales Öl
1 Prise Salz

Zitrone halbieren und 1 EL Saft auspressen. Alle Zutaten in ein hohes Gefäß geben, den Stabmixer hineingeben und langsam nach oben ziehen bis die Mayonnaise die gewünschte Konsistenz erreicht hat. In eine Spritzflasche abfüllen.

Für die Garnitur:

1 EL eingelegter roter Ingwer
2 EL Aonori (getrocknete Algenflocken)

Pfannkuchen auf Tellern anrichten. Die Okonomi-Sauce und die Mayonnaise in einem Gittermuster darauf anrichten. Am Ende mit eingelegtem roten Ingwer und Aonori garnieren.