

# Nabe vegano con mochi e daikon

Tempo totale **30 Min** 20 Min Tempo di preparazione **10 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):

**1.385 kJ / 331 kcal**

Grassi: **8 g** Proteine: **7,6 g**

Carboidrati: **57 g**

## INGREDIENTI

**4 Porzioni**

|                    |                                                                                                                                   |
|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>8</b>           | panetti di mochi (tartine di riso)                                                                                                |
| <b>400 g</b>       | di cavolo cinese                                                                                                                  |
| <b>2</b>           | porri                                                                                                                             |
| <b>150 g</b>       | di funghi misti (shimeji ed enoki)                                                                                                |
| <b>1 cucchiaio</b> | <u>Olio di Sesamo Tostato Kikkoman</u>                                                                                            |
| <b>500 g</b>       | di daikon                                                                                                                         |
| <b>500 ml</b>      | di acqua                                                                                                                          |
| <b>45 ml</b>       | <u>Salsa di Soia Tamari a Fermentazione Naturale Senza Glutine Kikkoman</u>                                                       |
| <b>45 ml</b>       | <u>Condimento Dolce da Cucina in Stile Mirin Kikkoman</u>                                                                         |
| <b>60 ml</b>       | <u>Kikkoman Ponzu - miscela di salsa di soia, aceto e succo di yuzu</u><br>Shichimi togarashi (peperoncino misto giapponese) q.b. |

## PREPARAZIONE

### Passaggio 1

**8** panetti di mochi (tartine di riso) - **400 g** di cavolo cinese - **2** porri - **150 g** di funghi misti (shimeji ed enoki)

Taglia i panetti di mochi e il cavolo cinese a pezzi a misura di boccone. Taglia la parte bianca dei porri a tocchetti di circa 5 cm. Lava accuratamente la parte verde, incidendola per il lungo per eliminare ogni residuo di terra, poi affettala finemente. Separa i funghi in piccoli ciuffetti.

### Passaggio 2

**1 cucchiaio** Olio di Sesamo Tostato Kikkoman  
Scalda l'Olio di Sesamo Tostato Kikkoman in una pentola capiente a fuoco medio. Aggiungi il mochi e i tocchetti di porro bianco della Fase 1. Fai cuocere entrambi finché non risultano ben dorati in superficie. Rimuovi dal fuoco e tieni da parte per dopo.

### Passaggio 3

**500 g** di daikon - **500** di acqua - **45 ml** Salsa di Soia Tamari a Fermentazione Naturale Senza Glutine Kikkoman **45 ml** Condimento Dolce da Cucina in Stile Mirin Kikkoman  
Sbuccia il daikon e taglialo a pezzi grossolani. Metti in un frullatore il daikon, l'acqua, la Salsa di Soia Tamari Senza Glutine Kikkoman e il Condimento Dolce in stile Mirin Kikkoman. Frulla il tutto fino a ottenere una consistenza simile al daikon grattugiato. Versa la miscela ottenuta nella pentola della Fase 2.

### Passaggio 4

**60 ml** Kikkoman Ponzu - miscela di salsa di soia,

aceto e succo di yuzu - Shichimi togarashi  
(peperoncino misto giapponese) q.b.

Aggiungi al brodo della Fase 3 il cavolo cinese, la parte verde del porro affettata e i funghi della Fase

1. Porta a bollore e lascia sobbollire finché le verdure non risultano tenere. Reinserisci nella pentola il mochi e i porri tostati della Fase 2.

Prosegui la cottura finché il mochi non diventa morbido e filante.

Insaporisci con la Salsa Ponzu agli Agrumi

Kikkoman - Yuzu e lo shichimi togarashi a piacere, quindi servi subito in tavola.