



## Hühnerreis in zwei Arten

### Torimeshi nishu

Torimeshi nishu ist ein japanisches Gericht, das aus zwei Arten von Hühnerreis besteht. Es ist eine Kombination aus verschiedenen Zubereitungsarten von Hühnerreis, die zusammen serviert werden. Das Gericht ist bekannt für seine köstliche Mischung aus Aromen und Texturen, die durch die Verwendung von Huhn und Reis in verschiedenen Variationen erreicht wird.

Herkunft: Japan

Kategorie: Vorspeisen, Suppen

Vorbereitungszeit: 15 Minuten

Zubereitungszeit: 30 Minuten

#### Zutaten für 4 Portionen

##### Zutaten 1

150 g Hühnchenfleisch

100 ml Wasser

2 EL Sake

2 EL Sojasauce

1 ½ EL Mirin

100 g Blattspinat

50 g Karotte(n)

½ EL Öl

1 EL Sesamsamen

400 g Reis

##### Zutaten 2

150 g Hühnchenfleisch

100 ml Wasser

½ EL Zucker

3 ½ EL Sojasauce

1 EL Sake

1 EL Mirin

100 g Schwarzwurzel

½ EL Öl

400 g Reis

#### Vorbereitung

Den Reis waschen, mit der doppelten Menge Wasser in einen Topf geben und gar kochen. Die Sesamsamen in einer schweren Pfanne ohne Öl rösten, bis anfangen, zu duften.

#### Zubereitung

##### Hühnerreis mit Spinat

Das Hühnchenfleisch klein hacken und mit Wasser, Sake, Sojasoße und Mirin gut vermengen. Danach den Blattspinat und die Mohren putzen und klein hacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, darin den Spinat und die Mohren anbraten, die Fleischmasse hinzugeben und so lange garen, bis der Sud eingekocht ist. Die Fleischgemüsemischung unter den vorgekochten Reis heben, auf vier

Schüsseln verteilen und mit dem gerösteten Sesam bestreuen.

#### Hühnerreis mit Schwarzwurzeln

Das Hähnchenfleisch klein hacken und mit Wasser, Zucker, Sojasoße, Sake und Mirin vermengen. Die Schwarzwurzeln schälen, in feine 5 cm lange Streifen schneiden. Diese 5 bis 10 Minuten in Wasser einweichen. Im Sieb abspülen und gut abtropfen lassen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Schwarzwurzeln darin anbraten, die Fleischmasse dazugeben und so lange garen, bis der Sud eingekocht ist. Die Fleischgemüsemischung unter den gekochten Reis heben und auf vier Schälchen verteilen.