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 doppeten 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

© 2026 coquina.de

Schüsseln verteilen und mit dem gerösteten Sesam bestreuen.

Hühnerreis mit Schwarzwurzeln

Das Hühnchenfleisch 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.

© 2026 coquina.de