

---

# Szpinak z ziarnem sezamowym

Dodano: 2000-01-01 00:00:00

Język: Polski

Odwiedzono: 1699 razy.

Porcja dla 4 osob.    Czas przygotow. 15 min.

300 g szpinaku,

1 łyżka sosu sojowego,

2-3 łyżki bulionu z ryby,

4 łyżki ziaren sezamowych.

1. Szpinak umyc, szczególnie dokładnie wymyc lodygi.

2. Zagotować dużą ilość wody z odrobiną soli, włożyć szpinak całą garścią naraz, zaczynając od lodyg, po włożeniu całego natychmiast zdjąć z ognia, policzyć do 15 i wyjąć szpinak z wody, przelać do miski z dużą ilością zimnej wody, opłukać, wyjąć na matę bambusową (lub jakakolwiek inną plecioną,

byle bez farbujących nitek), zebrać i ułożyć równo w peczku.

3. Zwinąć matę i sciskając ją rękami odcisnąć wodę.

4. Rozwinąć matę, przelać szpinak na deskę, pokroić ostrym nożem na słupki o długości 1 cm.

5. Poustawić kawałki szpinaku jak "snopki" na talerzyku.

6. Polać 1/3 wymieszanego sosu sojowego z bulionem z ryby, kiedy sos przejdzie do dołu scisnąć lekko "snopki" i polać resztą sosu, od góry posypać ziarnem sezamu. Podawać jako dodatek.

Źródło: Encyklopedia sztuki kulinarnej, tom 8 "Kuchnia japońska", strona 76.

From: apaczus@hot.pl (Radku's De Apaczu's)