

RADIO SALÜ**101,7**

Rezept von RADIO SALÜ
Küchenchef Uwe Zimmer aus der
Mitkoch-Show, immer sonntags
von 9-13 Uhr.

Spinat-Sesam-Salat

Zutaten für 4 Personen:

800 g Blattspinat	
Salz	3 TL Zucker
5 EL Sesamsamen	2-3 EL Mirin (süßer japanischer Reiswein)
2 EL helle Misopaste	1 kleine Zwiebel
2 EL Sojasoße	1 Knoblauchzehe

Kochen sie einen großen Topf Salzwasser auf.

Blanchieren gut geputzten Spinat darin 2-3 Minuten.

Gießen den ab, überschütten ihn mit kaltem Wasser und lassen ihn gut abtropfen.

Sesamsauce:

Rösten Sie Sesam in einer Pfanne an.

Etwas Sesam beiseite stellen.

Geben Sie gerösteten Sesam, Misopaste, Sojasoße, Zucker und Sake in eine tiefe Schüssel.

Geben noch gewürfelten Zwiebel und Knoblauch dazu.

Mixen Sie das Ganze mit dem Mixstab fein, schmecken es einmal ab.

Verteilen Sie den Spinat auf Teller und beträufeln den mit der Sesamsoße.

Zum Schluss mit geröstetem Sesam bestreuen.