



Bacon-Okonomiyaki mit Lauchzwiebeln und Sesam

dazu eingelegte Radieschen



40-50min



3 Portionen

Okonomiyaki ist ein herzhafter japanischer Pfannkuchen, der aus einem Teig mit Kohl, Ei und Mehl besteht und dann individuell mit Zutaten belegt wird. Unsere Version mit Bacon, frischem Ingwer und geröstetem Sesam sorgt mit einem Dip für echtes Comfort-Feeling mit Steetfood-Vibes. Ein schnell eingelegter Radieschensalat mit Chili steuert Frische und Schärfe bei und rundet das Gericht zu einer ausgewogenen Mahlzeit ab.

Was du von uns bekommst

- 1 Weißkohl
- 3 Lauchzwiebeln
- 1 Stück Ingwer
- 1 Bund Radieschen
- 1 Pck. Chiliflocken
- 4 Bio-Eier ¹
- 1 Pck. geröstetes Sesamöl ³
- 1 Pck. Backpulver
- 1 Pck. Sesam ³
- 2 Pck. Baconscheiben

Was du zu Hause benötigst

- 145g Weizenmehl ²
- 3EL Tomatenketchup
- 3EL Mayonnaise ¹
- Salz
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- 3 mittelgroße Pfannen mit Deckel
- Wasserkocher
- Küchenwaage
- Messbecher
- Küchenreibe
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Enthält: **Eier** (1), **Gluten** (2), **Sesamsamen** (3).

Nährwertangaben pro Portion

Energie 644kcal, Fett 36.6g,
Kohlenhydrate 53.2g, Eiweiß 22.0g



1. Gemüse schneiden

Den **Kohl** vierteln und **3 Kohlviertel** in feine Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Kohlstreifen** mit $\frac{3}{4}$ TL Salz verkneten und beiseitestellen. Die **Lauchzwiebeln** schräg in feine Ringe schneiden, dabei die **$\frac{1}{2}$ der grünen Lauchzwiebelringe** für den **Salat** aufbewahren. **$\frac{3}{4}$ des Ingwers** schälen und fein reiben. Die **Radieschen** achteln.



4. Okonomiyaki vorbereiten

145g Mehl, $\frac{1}{2}$ TL Backpulver, die **$\frac{1}{2}$ des Sesams** und 1 kräftige Prise Salz vermengen. Die **Mehlmischung** unter die **Kohl-Ei-Mischung** heben. **$\frac{3}{4}$ der Baconscheiben** quer halbieren.



2. Radieschen vorbereiten

250ml Wasser in einem Wasserkocher aufkochen. **Tipp:** Die nach Wasserkocher variierende Mindestmenge beachten und ggf. mehr Wasser aufkochen. In einer großen Schüssel 2EL Essig, 1TL Zucker, $\frac{1}{2}$ TL Salz, die **$\frac{1}{2}$ des geriebenen Ingwers** und **1 Prise Chiliflocken** vermengen. Das heiße Wasser und die **Radieschen** in die Schüssel geben und mit dem **Einlegesud** vermengen.



5. Okonomiyaki braten

Die halbierten **Baconscheiben** auf 3 mittelgroße Pfannen verteilen, dabei mittig jeweils eine „Insel“ legen. Den **Teig** darüber verteilen und bei schwacher bis mittlerer Hitze abgedeckt ca. 8Min. garen. Wenden und abgedeckt in weiteren 10-12Min. knusprig braten. Aus der Pfanne nehmen und abgedeckt beiseitestellen.



3. Teig zubereiten

Die **Kohlstreifen** in einem Sieb abtropfen lassen und die überschüssige Flüssigkeit ausdrücken. **3 Eier** in die Schüssel aufschlagen und mit einer Gabel verquirlen. Die **Kohlstreifen**, das **Sesamöl** und 150ml Wasser untermengen. Den **restlichen geriebenen Ingwer** und die **Lauchzwiebelringe** unterheben.



6. Fertigstellen & servieren

Inzwischen die **Radieschen** abgießen und mit den **aufbewahrten Lauchzwiebelringen**, dem **restlichen Sesam**, 2EL Olivenöl und je 1 kräftige Prise Zucker und Salz vermengen, ggf. mit mehr **Chiliflocken** nachwürzen. 4EL Ketchup mit 4EL Mayonnaise zu einem **Dip** verrühren. Die **Okonomiyaki** auf Teller geben und mit dem **Radieschensalat** und dem **Dip** garniert servieren.