



# Tamago Kake Gohan

2 Portionen | 30 Minuten | 289 kcal

Tamago Kake Gohan (TKG) ist eines der einfachsten und beliebtesten Reisgerichte Japans. Frisch gekochter, heißer Reis wird mit rohem Ei und etwas Sojasauce verrührt und ergibt eine überraschend cremige, aromatische Mahlzeit.

## Zubereitung:

1. Zu Beginn alle Zutaten für die selbstgemachten Ninjin no Kinpira bereitlegen. Den Reis frisch kochen (hier geht es zum ausführlichen Rezept) oder gründlich aufwärmen, bis er wieder dampfend heiß ist. Tamago Kake Gohan funktioniert nur mit wirklich heißem Reis, denn die Hitze sorgt später für die cremige Bindung mit dem Ei.
2. Währenddessen die Katsuobushi vor dem Verwenden leicht zwischen den Fingern zerbröseln. So verteilen sie sich feiner und verbinden sich später besser mit dem Ei.
3. Die Frühlingszwiebeln waschen, der Länge nach halbieren und in feine Ringe schneiden.
4. Die Eier vorsichtig aufschlagen und jeweils Eigelb und Eiweiß trennen. Jeweils separat bereit stellen.
5. Jedes Eiweiß mit etwa 1 EL Sojasauce verquirlen. Tipp: Lieber zunächst sparsam dosieren und später bei Bedarf nachwürzen.
6. Den heißen Reis locker auf zwei Schüsseln verteilen und leicht auflockern. Das Eiweiß mit dem Reis gründlich verrühren, sodass sich eine leicht cremige Grundlage bildet.
7. Die zerbröselten Bonitoflocken gleichmäßig über beide Portionen streuen. Nun die Frühlingszwiebeln und etwas Furikake aus Sesam und Nori darüber geben. Das bringt Frische, leichte Knusprigkeit und zusätzliche Umami Noten.
8. Jetzt jeweils ein Eigelb vorsichtig auf jede Portion Reis setzen. (Wenn du eine besonders gleichmäßige, cremige Konsistenz möchtest, kannst du die Eier auch vorher komplett verquirlen und dann auf beide Schüsseln verteilen.)
9. Sofort servieren und direkt genießen, solange der Reis noch heiß ist. Beim Essen alles mit Stäbchen oder Löffel zügig verrühren. Der heiße Reis nimmt das Ei auf, Eigelb und Katsuobushi verbinden sich zu einer cremigen Textur.

## Zutaten:

- 200 g Reis
- 2 sehr frische Eier (gerne Bio Qualität, aus sicherer Quelle)
- 2 Frühlingszwiebeln
- 8 g Katsuobushi (Bonitoflocken)
- 2 EL Sojasauce
- 2 TL Furikake



1malJapan  
1malJapan.de