Hotategai Shichimi-Shoyu yaki – Gegrillte Jakobsmuscheln mit Shichimi oder Chili-Sojasauce

Gesamtzeit **35 Min.**

Nährwertangaben (pro Portion):
507 kJ / 121 kcal

Fett: **7,3 g** Eiweiß: **12,3 g**
Kohlenhydrate: **1,5 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

12	Jakobsmuscheln
1	Frühlingszwiebel
120 g	frischer Spinat
10 ml	Pflanzenöl
20 g	Butter
	etwas Pfeffer
4 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
	etwas Shichimi-Pulver oder grob gemahlenes Chili
1 g	Chili-Fäden

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Die Frühlingszwiebel in ganz feine Ringe schneiden und in ein Sieb geben. Unter fließendem Wasser waschen und gut abtropfen lassen. Den Spinat ebenfalls waschen und abtropfen.

Schritt 2

In einer Pfanne Öl erhitzen und den Spinat darin scharf anbraten. Butter hinzugeben und alles pfeffern. Natürlich gebraute Sojasauce und Shichimi-Pulver in einer Schüssel vermischen und glattrühren. Anschließend eine antihaftbeschichtete Pfanne erhitzen und die Jakobsmuscheln von beiden Seiten ohne Fett anbraten, bis sie zur Hälfte gar sind. Die Pfanne vom Herd nehmen und sie etwas runterkühlen lassen. Die Shichimi-Sojasaucen-Würzmischung hinzufügen und alles schwenken.

Schritt 3

Zum Schluss Spinat und Jakobsmuscheln auf einem Teller anrichten und mit der Chili-Sojasauce übergießen. Mit Frühlingszwiebeln und Chili-Fäden dekorieren.