

# Jakobsmuscheln mit Chili

Nährwertangaben (pro Portion):  
**440 kJ / 105 kcal**

Fett: **7 g** Eiweiß: **8,8 g**  
Kohlenhydrate: **1,4 g**

## ZUTATEN

4 Portion(en)

<b>1</b>	Frühlingszwiebel
<b>120 g</b>	Spinat
<b>10 ml</b>	Pflanzenöl
<b>20 g</b>	Butter
<b>1 Prise</b>	Pfeffer
<b>4 EL</b>	Kikkoman natürlich gebraute salzreduzierte Sojasauce
<b>0,5 TL</b>	Shichimi (7-Gewürze- Pulver) oder Chili
<b>12 Stück</b>	Jakobsmuscheln Chilistreifen

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

Die Frühlingszwiebeln in sehr dünne Ringe schneiden, unter kaltem Wasser waschen und trocken ausdrücken. Den Spinat reinigen und grob zuschneiden. Diesen in einer Pfanne kurz anbraten, Butter hinzugeben und mit Pfeffer abschmecken. Die Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce in eine Schüssel geben und mit Shichimi mischen.

### Schritt 2

Öl in einer Pfanne erhitzen, die Jakobsmuscheln beidseitig mittel-scharf anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, die Sojasauce hinzugeben und nochmals erhitzen. Die Jakobsmuscheln darin schwenken. Die heißen Jakobsmuscheln auf dem Spinat anrichten, mit etwas Sauce übergießen und mit Frühlingszwiebeln und Chilistreifen garnieren.