

Minudaru

Minudaru är en traditionell maträtt som går tillbaka ända till tiden för Kungariket Ryuku. Det är en rätt med ångkokt griskött som alltid är med vid festtillfällen i Okinawa.

Ingredienser (4 personer)

- 3 bitar fläskkarré (1,5 cm tjocka)
- Marinad
 - 1 dl japansk sojasås
 - 3 matskedar Sanonto-socker (kan ersättas med farinsocker)
 - 1/2 matsked Mirin (japanskt matlagningsvin, kan ersättas med sherry)
- 2 dl svarta sesamfrön (svarta hittas man i japanska matbutiker)

Tillagning

1. Blanda ihop ingredienserna till marinaden så att sockret helt löser sig. Låt köttet ligga i marinaden i minst 30 minuter. Vänd på det efter halva tiden.

2. Mal de svarta sesamfröna i en matberedare till en sesampasta. Spå ut med marinaden (från punkt 1), lite i taget tills blandningen känns hård som en örsnibb.

3. Lägg en fuktig, men väl urvriden, handduk i botten av en ångkokare. Lägg ner köttet på handduken, men ta först bort överflödigt marinad med hjälp av hushållspapper. Bred ut sesampastan jämnt över de tre köttbitarna (lämna cirka 1 cm runt kanterna).



4. Täck köttet med en hårt urvriden fuktig duk, och låt ånga på halvhög värme i 25 minuter från det att ångan börjar stiga.

5. Ta ut köttet från ångkokaren genom att sticka in en stekspade mellan duken och köttet. Lägg köttet på en skärbräda. Lägg hushållspapper ovanpå köttet, lägg därefter över plastfolie och tryck till försiktigt med handflatan. Ta bort plastfolien och pappret, och låt svalna i 15-30 minuter. Skär köttet i munsbitar.

