

## Wariacja na temat azjatyckiej zupy – ramen z jajem

*Ramen to danie kojarzone z Japonią, które jednak powstało w Chinach. Jego podstawowym składnikiem jest makaron w bulionie wzbogacony najróżniejszymi dodatkami, np. tak jak w naszym przepisie – jajkiem.*



### Warto wiedzieć

Tym, co odróżnia ramen od innych zup, jest bulion stanowiący nośnik smaku dla makaronu. W naszym przepisie wykorzystaliśmy skoyu (bulion na bazie sosu sojowego), ale popularne są też shio (słony bulion na bazie zupy rybnej), miso (na bazie pasty ze sfermentowanej soi) i tonkotsu (na bazie gotowanych wieprzowych kości o mlecznobiałej barwie).

Co ciekawe ramen nie od razu stał się popularny w Japonii, gdzie chętniej jedzone były potrawy z ryżem. Dopiero po II wojnie światowej, w okresie słabych plonów ryżu, mieszkańcy Kraju Kwitnącej Wiśni przekonali się do bulionu i makaronu z pszenicy. Dziś to najpopularniejsze japońskie danie eksportowe, serwowane we wszystkich krajach Europy. W Japonii każda restauracja podająca ramen przyrządza go według własnej receptury.



– Wydaje mi się, że popularność ramenu bierze się z możliwości różnorodnej modyfikacji tego dania – mówi Tomasz Jokiel z Ferm Drobiu Jokiel. – Każdy smakosz może zaproponować autorską wersję, ma okazję do eksperymentowania. Jajko doskonale nadaje się do ramenu. Wzbogaca jego smak, a przy tym jest bogate w witaminy, składniki mineralne oraz niskokaloryczne.

### **Składniki (na 4 porcje)**

4 porcje makaronu ramen  
400 g wędzonej szynki pokrojonej w grube plastry  
4 jaja rozmiar M (Ferm Drobiu Jokiel)  
1 szklanka wody  
1 łyżeczka cukru  
1 łyżeczka octu jabłkowego/ ryżowego/sake  
1 porcja warzyw rosołowych (seler, marchew, pietruszka, por, cebula)  
1 czosnek  
1 kg kości wieprzowych  
½ kg skrzydełek drobiowych  
100 g fasolki szparagowej  
pęczek szczypiorku  
2-3 płaty prasowanych glonów (sushi nori)  
kawałek imbiru (2 cm)  
sól, pieprz, sos sojowy

### **Sposób przygotowania**

**Makaron:**

Makaron ramen gotujemy zgodnie z przepisem na opakowaniu. Odstawiamy do ostygnięcia.

**Jaja nitamago:**

Jaja wkładamy do gotującej wody. Wyjmujemy po 6 min i schładzamy. Przygotowujemy marynatę do jaj (1/2 szklanki wody, 1/4 szklanki sosu sojowego, kawałek suszonych alg sushi nori, łyżeczka cukru, łyżeczka octu ryżowego lub sake). Wkładamy do marynaty obrane jaja i zostawiamy na 12 godzin.

**Bulion:**

Do dużego garnka wkładamy pocięte kości wieprzowe i skrzydełka drobiowe (skrzydełka dobrze jest przeciąć, aby wydostać kolagen). Całkowicie zalewamy zimną wodą i zagotowujemy, następnie odcedzamy i przepłukujemy zimną wodą. Wkładamy do garnka.



Dodajemy przepołowiony czosnek, warzywa rosółowe, przekrojony imbir, 2 łyżki sosu sojowego, sól, kilka ziaren pieprzu i zalewamy wodą, aby przykryć składniki. Gotujemy na wolnym ogniu 6-7 godzin. Następnie odcedzamy przez sito i odstawiamy czysty bulion.

Teraz czas na polski akcent. Szynek wieprzową kroimy w plastry, przekładamy do garnka i zalewamy wodą. Gotujemy 5 min, po czym odcedzamy. Przekładamy na patelnię i delikatnie opiekamy bez tłuszczu z dwóch stron.

Gotujemy na parze fasolkę szparagową. Do miseczki wkładamy makaron, zalewamy go wywarem, dokładamy szynkę, przepołowione marynowane jajo nitamago, pocięty w 2 cm słupki szczypior, fasolkę i prostokątny kawałek prasowanych glonów morskich sushi nori (10x5 cm).

Smacznego!