

# Sukiyaki



## Ingrédients (pour 4 personnes)

- 500 à 600g de bœuf en fines tranches
- 1 *yaki-dôfu* (tofu grillé) ou tofu japonais dur
- 2 ou 3 poireaux
- 5 feuilles de chou chinois
- 1 botte de shungiku
- 1 sachet de shirataki
- 8 shiitakés crus
- Gras de viande ou saindoux
- 4 œufs
- 3 à 4 portions d'udon cuit

### *Warishita*

- 250ml de sauce soja
- 150ml de saké
- 150 à 200g de sucre

## Préparation

- 1) Couper le chou chinois en lamelles de 4cm, les poireaux de biais et le shungiku en deux.
- 2) Oter les pieds des shiitakés et les couper en deux si ils sont trop gros.
- 3) Laver le shirataki et le couper en longueur de 10 à 15cm.
- 4) Arranger le tout dans une grande assiette.
- 5) Préparer le warishita. Mélanger tous les ingrédients et verser dans un récipient.
- 6) Dans chaque bol individuel, casser un œuf et battre un peu.

A table

- 1) Chauffer un sukiyaki-nabé (ou une casserole) sur le réchaud de table et huiler avec le gras de viande ou le saindoux.
  - 2) Mettre la viande et la faire sauter.
  - 3) Mettre les légumes en petite quantité, arroser avec une partie de warishita et faire cuire. Une fois cuit, déguster en trempant dans l'œuf.
  - 4) Enfin, ajouter l'udon et le manger une fois réchauffé.
- 

C'est un plat très connu dans le monde

Il paraît que la consommation de *sukiyaki* est très ancienne, mais qu'il était au début assaisonné avec du miso au lieu de la sauce soja.

Dans la région du *Kantô* (Est du Japon), on utilise la sauce « warishita » déjà préparée, mais dans la région du *Kansai* (l'ouest du Japon) on l'assaisonne avec de la sauce de soja, du sucre et du saké, chaque fois que l'on y ajoute des ingrédients.