

Adzuki-Koji



Beschreibung

Ein traditionelles japanisches Dessert, das die natürliche Süße von Adzuki-Bohnen mit der milden Fermentation von Koji kombiniert. Dieses einfache, gesunde Rezept vereint Ballaststoffe, pflanzliches Eiweiß und natürliche Enzyme zu einem nahrhaften Snack oder einer süßen Beilage.

Zutaten

- Gekochte Adzuki-Bohnen – 150 g
- Koji – 2 Esslöffel
- Wasser – 50 ml
- Prise Salz

Zubereitungsschritte

1. Die gekochten Adzuki-Bohnen in eine Schüssel geben.
2. Koji und Wasser hinzufügen und gut vermengen.
3. Die Mischung in ein sauberes Glasgefäß füllen und 6–8 Stunden bei Raumtemperatur ruhen lassen.
4. Mit einer Prise Salz abschmecken und gekühlt servieren.

Tipp

- Schmeckt pur, zu Reis oder als süße Füllung für Mochi und Pfannkuchen.
- Kann leicht erhitzt und mit etwas Kokosmilch als Dessert serviert werden.