



## Soja – sogar gerne!

Traditionell fermentiert und unvergleichlich würzig



Shoyu	Tamari	Cedarwood Tamari	Salzreduziertes Shoyu und Tamari
- natürlich fermentiert aus Sojabohnen und Weizen - mild-würzig, vielseitiges, Würzmittel - zum Würzen und Verfeinern von Gemüsegerichten, Suppen, in Dressings und Dips bis hin zum Nachwürzen bei Tisch	- eine voll-würzige Sojasauce nur aus Sojabohnen - der kräftige Geschmack macht das Tamari zu einer vielseitigen Grundwürze von Suppen, Saucen und Gemüsegerichten - ideal auch für Marinaden, denn das Tamari bewahrt seinen Geschmack auch bei kräftigem Anbraten und längeren Kochzeiten	- über viele Monate in japanischen Zedernholz-fässern zu einer charaktervoll-würzigen Sojasauce gereift - sehr gehaltvoll, würzig und ideal als vollmundige Grundwürze, Marinade und pikantes i-Tüpfelchen vieler Gerichte	Ideal für alle, die es weniger salzig mögen. Ansonsten können Shoyu und Tamari genau wie die anderen verwendet werden.
In Rezepten kann ARCHE Bio Shoyu überall statt heller Sojasauce verwendet werden! Am Ende der Kochzeit zugeben.	Glutenfrei! Während der langen Fermentation werden die Eiweißbestandteile zerlegt und abgebaut. Es bewahrt seinen Geschmack auch bei längeren Kochzeiten.		Gut 25% weniger Salz als andere Sojasaucen

Sojasaucen von ARCHE mit dem Plus an Qualität machen das Würzen zum Kinderspiel. Ideal als Grundwürze, zum Abschmecken, Abrunden, zu Saucen, Suppen und Salaten. Und wenn es weniger salzig sein soll, empfehlen wir die salzreduzierten Varianten von ARCHE!

Übrigens: In China wird zwischen **dunkler und heller Sojasauce** unterschieden. ARCHE Shoyu kann wie helle Sojasauce verwendet werden, es ist etwas weniger dunkel und dünnflüssiger als Tamari.

### Datteln im veganen „Dulse-Speck“ für 12 Stück

12 Datteln  
3 Blätter ARCHE Reispapier  
2 EL ARCHE Shoyu  
1 TL ARCHE Dulse  
1 EL ARCHE Tamari  
Bratöl

Smoked Shoyu mit Tamari und Dulse vermischen, Datteln kurz darin marinieren.

Reispapier-Blätter einzeln auf einem großen tiefen Teller im Wasser kurz einweichen und mit der Schere jedes Blatt in 4 Streifen schneiden. Jede Dattel mit einem Reispapier-Streifen umwickeln und kross anbraten. Mit der restlichen Marinade ablöschen und sofort servieren.

### Brokkoli mit cremigem Dressing

300 g Broccoli  
**Dressing:**  
3 TL Tahin Sesampaste  
1 TL ARCHE geröstetes Sesamöl  
1 TL ARCHE Schwarzer Sesam  
2 TL ARCHE Shoyu  
1 TL ARCHE Reissirup  
¼-½ TL ARCHE Thai Chili Paste  
2 TL ARCHE Reisessig  
1 TL geriebener Ingwer

Sesam in einer Pfanne trocken rösten, bis er duftet und abkühlen lassen. Alle Zutaten gut verrühren, ca. 3 EL Wasser zugeben, so dass das Dressing eine dickflüssige, cremige Konsistenz hat.

Brokkoli waschen, schneiden und die Brokkoliröschen in wenig Wasser 2 Min. blanchieren. Noch warm mit dem Dressing übergießen und servieren.

### Pilzpfanne mit Seitanstreifen

200 g Champignons  
1 Stange Lauch  
Olivenöl  
ARCHE Cedarwood Tamari  
nach Geschmack etwas Weißwein  
1 Glas ARCHE Seitan Scheiben  
Paprika, edelsüß, Pfeffer  
Kräuter frisch oder getrocknet (z. B. Petersilie, Dill oder Majoran)  
Soja Cuisine  
ARCHE Sushi Reis

Champignons putzen und halbieren. Lauch in Ringe schneiden. Zusammen in Olivenöl kräftig anbraten. Mit Tamari ablöschen und mit Wasser oder Weißwein auffüllen, so dass die Pilze gerade bedeckt sind. 10 Min. köcheln lassen.

Seitan in Streifen schneiden und in Olivenöl kräftig anbraten. Mit etwas Paprika und Pfeffer würzig abschmecken. Zum Schluss zu den Pilzen geben, etwas frische oder getrocknete Kräuter dazugeben, mit Soja Cuisine abschmecken und servieren. Dazu Sushi Reis servieren und mit Stäbchen genießen.