

Thai-Suppe mit Glasnudeln, Chinakohl, Shiitake, Tofu

Für zwei Personen

Für die Suppe:

200 g breite Glasnudeln	1 kleine Zwiebel	2 Knoblauchzehen
1 kleine Chilischote	2 cm Ingwer	1 Limette
400 ml Kokosmilch	200 ml Gemüsefond	1 EL Tomatenmark
1 TL Currypulver	1 EL Brauner Zucker	Pflanzenöl

Für den Tofu:

100 g Natur-Tofu	2 EL Kokosraspeln	3 EL Maisstärke
Pflanzenöl	Salz	Pfeffer

Für den Chinakohl:

1 kleiner Chinakohl	1 Knoblauchzehen	3 EL süße Sojasauce
3 EL Brauner Zucker	1 EL gerösteter Sesam	Pflanzenöl

Für die Shiitake-Pilze:

100 g Shiitake-Pilze	Pflanzenöl	Salz, Pfeffer
----------------------	------------	---------------

Für die Garnitur:

3 EL Cashewkerne	2 Frühlingszwiebeln	1 Knoblauchzehe
3 EL Panko	2 Zweige Koriander	Pflanzenöl
Salz	Pfeffer	

Für die Suppe:

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und grob schneiden.

Ingwer schälen und ebenfalls grob schneiden. Chili waschen und von den Scheidewänden und Kernen befreien. Anschließend Zwiebel, Knoblauch, Ingwer und Chili in ein Gefäß geben und zu einer Paste pürieren. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Paste darin leicht anrösten. Tomatenmark und Currypulver hinzugeben, ebenfalls kurz anrösten und mit Gemüsefond ablöschen. Das Ganze mit Kokosmilch auffüllen, Suppe einmal aufkochen und anschließend kurz köcheln lassen. Glasnudeln in die Suppe geben und gar ziehen lassen. Anschließend die Glasnudeln herausnehmen und beiseitestellen. Limette waschen und Saft auspressen. Zum Schluss mit Limettensaft und Zucker abschmecken.

Die Suppe zum Selbsteingießen in ein Kännchen füllen.

Für den Tofu:

Tofu in mundgerechte Würfel schneiden und mit Kokosraspeln und Maisstärke vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und Tofu darin goldbraun von allen Seiten braten.

Für den Chinakohl:

Chinakohl waschen, trockentupfen und in einzelne Blätter trennen.

Knoblauch abziehen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen und Chinakohlblätter darin rösten. Anschließend mit 20 ml Wasser ablöschen und für eine Minute bei geschlossenem Deckel dämpfen lassen. Deckel abnehmen und Wasser verdampfen lassen.

Anschließend braunen Zucker, gerösteten Sesam und Knoblauch in die Pfanne geben, kurz rösten und mit süßer Sojasauce ablöschen.

Für die Shiitake-Pilze:

Pilze putzen und halbieren. Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin scharf anbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Garnitur:

Frühlingszwiebel waschen, trockentupfen und in Ringe schneiden.

Koriander zupfen. Beides zum Anrichten beiseitestellen.

Knoblauch abziehen und durch eine Knoblauchpresse drücken. In einer Pfanne Öl erhitzen und Panko zusammen mit Knoblauch darin knusprig rösten. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.

Cashewkerne in einer anderen Pfanne rösten.

Pankobrösel als Crunch über die Suppeneinlage geben.

Tofu, Chinakohl, Shiitake und Glasnudeln in tiefen Tellern anrichten.

Pankobrösel und Cashewkerne darüber geben und mit Frühlingszwiebel und Koriander garnieren. Die Suppe im Kännchen zum Selbsteinfüllen dazustellen und zusammen servieren.

Peter Hoebertz am 03. Januar 2023