

Weißer Miso-Suppe mit Ramen-Nudeln, Tofu und Pak Choi

Für zwei Personen

Für die Ramen-Nudeln:

185 g Weizenmehl, 550 $\frac{1}{2}$ EL Backpulver 1 Prise Salz

Für die Miso-Suppe:

1 Zwiebel 3 Knoblauchzehen 2 cm Ingwer
1 Limette, Saft, Abrieb 4 EL getrock. Shiitake 500 ml Sojadrink
500 ml Gemüfefond 3 EL helle Sojasauce 150 g helle Misopaste
1 EL Tahin 2 EL Rapsöl

Für die Einlage:

300 g fester Tofu 1 kleiner Pak Choi 100 g Edamamebohnen
2 Knoblauchzehen $\frac{1}{2}$ Zitrone, davon Saft $\frac{1}{2}$ TL Chiliflocken
1 EL helle Sojasauce Pflanzenöl Salz

Für die Garnitur:

1 Frühlingszwiebel 1 rote Chilischote

Für die Ramen-Nudeln:

100 ml Wasser aufkochen, Backpulver hinzugeben und umrühren.

Langsam mit Mehl und Salz vermengen und kneten. Für 20 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Teig mit Hilfe der Nudelmaschine zu dünnen Bahnen ausrollen und anschließend durch Spaghetti-Aufsatz drehen. In Salzwasser bissfest garen.

Für die Miso-Suppe:

Shiitake mit 200 ml heißem Wasser übergießen und 5 Minuten einweichen lassen. Zwiebel und Knoblauch abziehen, Ingwer schälen und alles grob hacken. Alles zusammen mit Shiitake und Shiitake-Wasser in einen Standmixer geben. Tahin, Sojasauce, Misopaste und Rapsöl dazu geben und alles aufmixen. Masse anschließend in eine heiße Pfanne geben und unter Rühren 10 Minuten erhitzen. Sojadrink und Gemüfefond nach und nach unterrühren und dabei nur noch leicht köcheln lassen.

Limette abreiben und Abrieb auffangen. Später zur Garnitur nutzen.

Limette auspressen und Suppe mit Saft abschmecken.

Für die Einlage:

Pak Choi waschen und in Salzwasser blanchieren, kalt abschrecken und in grobe Stücke schneiden. Tofu in Würfel schneiden. Knoblauch abziehen und fein hacken. In einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen, Edamame und Pak Choi hinzufügen und 2 Minuten braten. Zitrone auspressen.

Knoblauch, Chiliflocken, Zitronensaft und etwas Salz in die Pfanne geben und alles noch ca. 1 Minute weiterbraten. Aus der Pfanne nehmen und dann in der gleichen Pfanne, Tofu in Öl anbraten. Helle Sojasauce zugeben und vorsichtig wenden bis er von allen Seiten knusprig ist.

Für die Garnitur:

Frühlingszwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. Chili waschen und in feine Ringe schneiden.

Filip Haase am 31. Mai 2023