

Pho mit Rinder-Filet und Chili-Soja-Soße

Für zwei Personen

Für die Pho:

1500 ml Rinderfond	1 Bund Suppengrün	1 Karotte
200 g Suppenfleisch vom Rind	200 g Rinderfilet	400 g Reismudeln
1 Mini Pak-Choi	2 Limetten	2 Stangen Frühlingszwiebeln
100 g frische Sojasprossen	1 Halm Zitronengras	1 Knolle Ingwer à 2cm
2 EL Sojasauce	2 EL Fischsauce	$\frac{1}{2}$ Bund Koriander
$\frac{1}{2}$ Bund thailändischer Basilikum	$\frac{1}{2}$ Bund Minze	1 TL Fenchelsaat
1 TL Koriandersaat	1 Zimtstange	3 ganze Nelken
1 Lorbeerblatt	2 Stück Sternanis	3 schwarze Kardamomkapseln

Für die Chili-Sojasauce:

1 Chilischote	4 EL Sojasauce
---------------	----------------

Für die Pho Rinderfond zum Kochen bringen. Ingwer schälen und in grobe Stücke schneiden. Zitronengras, Ingwer, Fenchel- und Koriandersaat, Zimtstange, Nelken, schwarze Kardamomkapseln, Sternanis, und Lorbeerblatt in einen Teebeutel geben, zubinden und mitkochen lassen. Mit Salz, Fischsauce und Sojasauce abschmecken. Das Suppenfleisch grob würfeln Suppengrün putzen und ebenfalls grob würfeln. Suppenfleisch und Suppengrün in die Suppe geben. 15 bis 20 Minuten kochen lassen.

Karotte schälen und in Rauten schneiden. Fünf Minuten vor Ende der Garzeit in die Suppe geben bissfest garen.

Reismudeln in eine Schüssel geben, mit heißem Wasser übergießen und etwa zehn Minuten ziehen lassen.

Gewürzsäckchen, Suppenfleisch und Suppengrün aus der Suppe nehmen. Die Karotten bleiben in der Suppe.

Pak Choi waschen, vierteln und zusammen mit den Sojasprossen Frühlingszwiebel ganz am Ende der Garzeit in die Suppe geben.

Vier Scheiben vom Rinderfilet herunter schneiden und mit einem Plattiereisen plattieren. Reismudeln und gehackte Kräuter in einen tiefen Teller geben und mit der Suppe aufgießen, darauf ein bis zwei Stücke des plattierten Rinderfilets geben.

Für die Sauce Chilischote von Strunk und Kernen befreien und fein hacken. Chilis in eine Schüssel geben, mit Sojasauce übergießen und beiseite stellen. Koriander, Basilikum und Minze ebenfalls fein hacken und beiseite stellen. Limette halbieren. Limette und Soja-Chilli-Sauce in kleinen Schlüsselchen zu der Suppe reichen und servieren.

Dagmar Salecic-Reichhold am 04. Februar 2016