

Was GIBT'S ZU ESSEN?

4

Personen

20

min

MISOSUPPE

Rezept nach www.rikveats.de

Misosuppe oder Misoshiru ist eine beliebte japanische Suppe. Grundlage ist Misopaste, die aus fermentierten Sojabohnen besteht. Es gibt sie in hell, rot und dunkel. Die dunkle Paste ist am intensivsten.

ZUTATEN

FRISCH

950 ml Wasser, 300gr Seidentofu (alternativ fester Tofu)
Frühlingszwiebeln nach Belieben

AUS'M SCHRANK

3,5 EL helle Misopaste, 1,5 EL getrocknete Wakame-Algen,
4 TL Dashi-Pulver

1



Tofu in Würfel schneiden, die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden

2



Das Wasser mit dem Dashi-Pulver erwärmen und leicht köcheln lassen

Dashi-Pulver bekommst Du im Asialaden. Für die vegane Version verwendest Du Kombu-Dashi.

3



Herd ausschalten und Tofu, Wakame-Algen und Frühlingszwiebeln in die Brühe geben.

4



Die Misopaste in eine Kelle geben und mit etwas Brühe darin auflösen. Die aufgelöste Paste ganz in die Brühe geben

Misosuppe ist immer ein Bestandteil eines japanischen Essens.

Du kannst die Suppe auch reichhaltiger machen. Die folgenden Zutaten passen super:

- Udon-, - oder Ramennudeln
 - Spinat
 - Pilze (Shiitake, Enoki)
 - Karotten
 - Kartoffeln
- am besten vorgekocht

Probier, ob Dir die Brühe intensiv genug ist. Du kannst immer noch etwas Misopaste dazu geben.