Rezept

Asia-Suppe mit Räuchertofu

Ein Rezept von Asia-Suppe mit Räuchertofu, am 10.06.2025

Zutaten

1 Stück	frischer Ingwer (ca. 3 cm)
400 g	TK-Wok-Gemüsemischung
200 g	Räuchertofu
2 EL	gehackte TK-Petersilie
1 EL	Rapsöl
750 ml	Gemüsebrühe
2 EL	Sojasauce
1 EL	Sesamsamen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 296 kcal

Zubereitung

1. Ingwer schälen und fein hacken. Das Öl in einem Wok oder einem Topf erhitzen und den Ingwer darin bei mittlerer Hitze 1 Min. anbraten. Dann das gefrorene Gemüse dazugeben und 5 Min. mitbraten. Die Gemüsebrühe angießen, die Suppe aufkochen lassen und 10 Min. bei schwacher Hitze zugedeckt köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist, aber noch Biss hat.

2. Inzwischen den Räuchertofu in 1 cm große Würfel schneiden, kurz vor Ende der Garzeit zur Suppe geben und darin erwärmen. Die Suppe mit Sojasauce abschmecken und mit der Petersilie und dem Sesam bestreut servieren.