

Rezept

Glasnudelsuppe scharf-sauer

Ein Rezept von Glasnudelsuppe scharf-sauer, am 02.11.2024

Zutaten

100 g Glasnudeln	2 kleine rote Chilischoten
1 Stück Ingwer	150 g Zuckerschoten
100 g Shiitake	2 EL geröstetes Sesamöl
750 ml Gemüsebrühe	2 EL Fischsauce
2 EL Reisessig	1/4 TL Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 175 kcal, 5 g F, 2 g EW, 27 g KH

Zubereitung

1. Die Glasnudeln in einer Schüssel in reichlich warmem Wasser einweichen. Die Chilischoten halbieren, entkernen, die Hälften waschen und in feine Streifen schneiden. Den Ingwer schälen und fein hacken. Die Zuckerschoten putzen, waschen und schräg in Drittel schneiden. Die Shiitakepilze mit einem feuchten Tuch abreiben, die Stiele entfernen und die Hüte in Streifen schneiden oder halbieren.
2. Das Öl in einem Wok erhitzen. Die Chilis und den Ingwer darin bei mittlerer Hitze 1 Min. anbraten. Die Zuckerschoten und die Pilze dazugeben und 2 Min. rührbraten. Die Brühe in den Wok gießen, die Fischsauce, den Reisessig und den Pfeffer untermischen. Die Suppe bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. leicht kochen lassen.
3. Die Glasnudeln abtropfen lassen und evtl. mit einer Schere klein schneiden. Gut untermischen und kurz mitköcheln, dann die Suppe in Schalen anrichten und servieren.