

Rezept

Japanischer Sumo-Eintopf

Ein Rezept von Japanischer Sumo-Eintopf, am 15.12.2025

Zutaten

8	Shiitake-Pilze	240 g	Chinakohl
10	Mini-Maiskölbchen	140 g	Lauch
200 g	Tofu	1 Stück	Ingwer (ca. 4 cm)
900 ml	Hühnerbrühe	4 EL	Mirin
2 EL	Sojasauce	4	Frühlingszwiebeln
2 TL	Shishimi Togarashi		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 175 kcal

Zubereitung

1. Pilze trocken abreiben, die Stiele entfernen, die Hüte in ca. 5 mm breite Streifen schneiden. Chinakohl putzen, waschen, Strunk in schmale Streifen, Blätter in ca. 3 cm breite Streifen schneiden. Mais waschen und in ca. 1 cm lange Stücke schneiden. Lauch putzen, waschen und in ca. 5 mm breite Ringe schneiden. Tofu in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Ingwer schälen und fein hacken.
2. Die Brühe aufkochen. Ingwer, Mirin, Sojasauce und Mais dazugeben. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 2 Min. kochen. Das übrige Gemüse hinzufügen und bei schwacher Hitze 2 - 3 Min. weitergaren.
3. Inzwischen die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Mit dem Tofu in die Suppe geben und darin erwärmen. Den Eintopf auf Suppenschalen verteilen und mit Shichimi togara-shi bestreut servieren.