

Rezept

# Kalte Soba-Nudeln mit Würzbrühe

Ein Rezept von Kalte Soba-Nudeln mit Würzbrühe, am 28.06.2026

## Zutaten

### Für die Würzbrühe (Tsuyu)

100 ml Sojasauce

2 TL Zucker

100 ml Mirin

500 ml kräftige Dashibrühe (selbst gemacht oder Instant)

### Für das Topping

1 Frühlingszwiebel

2 TL Wasabipaste

1 Nori-Blatt

### Für die Nudeln

250 g Soba-Nudeln

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 350 kcal, 2 g F, 11 g EW, 61 g KH

## Zubereitung

1. Für die Tsuyu die Sojasauce mit Mirin und Zucker in einem kleinen Topf verrühren und zum Kochen bringen. Mit der Dashibrühe verrühren und abkühlen lassen.
2. Für das Topping von der Frühlingszwiebel die Wurzelansätze und welken grünen Teile abschneiden. Frühlingszwiebel waschen und mit Grün in feine Ringe schneiden. In eine Schüssel mit kaltem Wasser legen und ca. 10 Min. darin ziehen lassen, um die Schärfe zu mildern. Danach abgießen und mit einem Küchenpapier trocken tupfen.
3. Inzwischen 3 l Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Die Soba-Nudeln nach Packungsanweisung darin garen. In einer großen Schüssel kaltes Wasser für die Nudeln bereitstellen. Die Nudeln abgießen, gleich in das kalte Wasser geben und darin leicht aneinanderreiben, um die restliche Stärke abzuspülen. Dann die Nudeln abgießen und abtropfen lassen. Das Nori-Blatt mit einer Schere zuerst in ca. 2 cm breite Streifen, dann quer in ca. 0,5 cm feine Streifen schneiden.
4. Die Soba-Nudeln in eine Servierschüssel geben, alternativ eine Sushi-Matte auf einen passenden flachen Untersatz oder Teller legen und die Nudeln darauf servieren. Die Tsuyu zum Dippen, die Nori-Streifen, die Frühlingszwiebelringe und die Wasabipaste auf kleine Teller oder Schälchen verteilen und zu den Soba-Nudeln servieren.