

Rezept

Klassische Eierblumensuppe

Ein Rezept von Klassische Eierblumensuppe, am 15.12.2025

Zutaten

20 g	frischer Ingwer	1	rote Chilischote
1,2 l	Hühnerbrühe	2-3 EL	Mirin (japanischer Reiswein, nach Belieben)
2 TL	geröstetes Sesamöl	1	Sternanis
1	Möhre	1 Bund	Frühlingszwiebeln
1 Bund	Koriandergrün	2	Eier
	Salz		schwarzer Pfeffer
	Sojasauce		

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

Zubereitung

1. Ingwer schälen und in dünne Scheiben hobeln. Chili längs halbieren, entkernen, waschen und grob würfeln. Die Brühe mit Ingwer, Chili, nach Belieben Mirin, Sesamöl und Sternanis aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 30 Min. köcheln lassen.
2. Die Möhre putzen, schälen und seitlich längs 4-5 Kerben hineinschneiden, dann in dünne Scheiben hobeln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und schräg in dünne Ringe schneiden. Koriandergrün waschen und trocken schütteln, zarte Stiele und Blätter hacken. Eier mit Salz und Pfeffer verrühren, dabei nicht schaumig schlagen.
3. Brühe abseihen und aufkochen, Möhren und Frühlingszwiebeln darin in 4-5 Min. garen. Salzwasser aufkochen. Eier in dünnem Strahl unter Rühren zugeben, bis die Masse stockt und Eierblumen entstehen. Diese herausheben, abtropfen lassen und in Suppenschalen geben. Brühe mit Sojasauce und Pfeffer würzen und darübergießen. Mit Koriandergrün bestreut servieren.