

Rezept

Kokossuppe mit Reismudeln

Ein Rezept von Kokossuppe mit Reismudeln, am 03.05.2024

Zutaten

400 ml Gemüsebrühe	1 1/2 EL Sojasauce
1 EL vegetarische rote Currypaste	1 Stück Ingwer (ca. 1 cm lang)
1 Stängel Zitronengras (ersatzweise 2 EL Limettensaft)	2 Kaffir-Limettenblätter (ersatzweise 1 TL abgeriebene Bio-Zitronenschale)
75 g Reismudeln	1 Möhre
1 kleine Pastinake	1 Mini-Pak-Choi
1/2 Bund Koriandergrün	250 g Kokosmilch (Tetrapak)
2 EL Kokochips (nach Belieben)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 495 kcal, 29 g F, 8 g EW, 46 g KH

Zubereitung

1. Etwa 1 l Wasser in einem Wasserkocher aufkochen. Die Gemüsebrühe mit 1 EL Sojasauce und der Curry-paste in einem Topf zugedeckt zum Kochen bringen.
2. Inzwischen Ingwer, Zitronengras und Limetten-blätter waschen. Ingwer ungeschält in feine Scheiben schneiden. Zitronengrassängel von den äußeren harten Blättern befreien, längs halbieren und am unteren Drittel etwas flach klopfen. Kaffir-Limettenblätter am Rand mehrfach einreißen. Alles zur Gemüsebrühe geben, aufkochen und zugedeckt ca. 15 Min. köcheln lassen. Inzwischen die Reismudeln in einer Schüssel mit dem kochenden Wasser übergießen und nach Packungsanweisung 10-15 Min. einweichen lassen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen.
3. Währenddessen Möhre und Pastinake putzen, schälen und schräg in feine Scheiben schneiden. Pak Choi putzen, grüne und weiße Teile getrennt voneinander in 0,5-1 cm breite Streifen schneiden, jeweils in einem Sieb kalt abbrausen und abtropfen lassen. Koriandergrün waschen und trocken schütteln, Blättchen mitsamt der zarten Stängel klein hacken. Grobe Stängel nach Belieben kurz mit in die köchelnde Brühe geben.
4. Die Kokosmilch in einem zweiten Topf erhitzen. Die aromatisierte Brühe durch ein Sieb dazugießen. Möhre, Pastinake und weiße Pak-Choi-Streifen in die Kokos-Brühe geben. Alles aufkochen und ca. 3 Min. zugedeckt köcheln. Reismudeln und grüne Pak-Choi-Streifen zugeben und 1-2 Min. mitköcheln. Die Kokossuppe mit der übrigen Sojasauce (1/2 EL) abschmecken, mit Koriandergrün und nach Belieben mit Kokos-Chips garnieren.