

Rezept

Miso-Ramen mit Dashi

Ein Rezept von Miso-Ramen mit Dashi, am 28.04.2025

Zutaten

Für das Dashi

3 getr. Shiitake (Pilze)

1 Stück getr. Kombu-Alge (ca. 5 × 10 cm)

Für die Suppe

2 Knoblauchzehen

1 Stück Ingwer (ca. 1 cm lang)

2 Frühlingszwiebeln

3 TL Sesamöl

3 TL Misopaste

2 TL rote Chilibohnen Paste (Red Bean Chili Paste; aus dem Asialaden; oder Sambal Oelek)

1 EL Sake

2 EL kräftige Sojasauce (Tamari)

1 EL indonesische Sojasauce (süßlich; oder Ahornsirup)

400 ml Sojadrink (ungesüßt)

Salz

600 ml Gemüsebrühe

Pfeffer

200 g Ramen-Nudeln (frisch oder TK)

Rezeptinfos

Portionsgröße 4-6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 280 kcal, 7 g F, 11 g EW, 43 g KH

Zubereitung

1. Für das vegane Dashi in einem Topf 250 ml Wasser aufkochen. Pilze und Alge hineingeben und darin zugedeckt bei kleiner Hitze 20-30 Min. ziehen lassen. Anschließend Pilze und Alge wieder herausnehmen und entfernen, das Dashi beiseitestellen.
2. Inzwischen für die Suppe Knoblauch schälen und fein würfeln. Ingwer schälen und sehr fein hacken. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und das Weiß und Grün separat in dünne Ringe schneiden. Knoblauch, Ingwer und das Weiß der Frühlingszwiebeln in einem großen Topf im Sesamöl andünsten.
3. Misopaste und Chili-Bohnen-Paste hinzufügen und alles einige Min. miterhitzen. Mit Sake ablöschen und anschließend beide Sojasaucen, das Grün der Frühlingszwiebeln und Sojadrink dazugeben. Alles einmal aufkochen, dann Brühe, Dashi, Salz und Pfeffer unterrühren. Die Suppe zugedeckt nochmals ca. 15 Min. leise köcheln lassen. Dabei gegen Ende der Garzeit die Ramen-Nudeln in einem Topf nach Packungsanweisung bissfest garen.
4. Zum Servieren die Miso-Ramen nochmals kräftig abschmecken. Dann mit den Nudeln auf tiefe Teller oder Schalen verteilen. Dazu passt Mais (aus Dose oder Glas), Kimchi, Frühlingszwiebelringe, Pak Choi oder Enoki-Pilze (aus dem Asialaden).