

Rezept

Miso-Suppe

Ein Rezept von Miso-Suppe, am 27.04.2025

Zutaten

250 g Tofu

3/4 l Dashi-Brühe (selbst gemacht oder Instant-Dashi)

2 zarte Stangen Lauch

80 g mitteldunkle Miso-Paste

Rezeptinfos

Portionsgröße Reicht für 4 als kleine Einlage: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min
Pro Portion Ca. 100 kcal

Zubereitung

1. Den Tofu möglichst exakt in 2 cm große Würfel schneiden – das Auge isst mit! Vom Lauch Wurzeln und ganz dunkelgrüne Teile wegschneiden, den Rest waschen und leicht schräg in ganz dünne Ringe schneiden.

2. Die Dashi-Brühe in einem Topf erwärmen, aber nicht kochen lassen. Miso durch ein Sieb dazugeben und gründlich unterrühren. Kochen darf die Brühe auch jetzt nicht, sonst trennen sich Brühe und Miso wieder.

3. Tofu und Lauch in die Suppe legen und etwa 1 Minute darin ziehen lassen, bis beides gut warm ist. Misosuppe servieren.