

Rezept

Misosuppe

Ein Rezept von Misosuppe, am 26.04.2024

Zutaten

100 g Seidentofu (aus dem Asien- oder Bioladen)	2 Frühlingszwiebeln
1 Handvoll junger Blattspinat	800 ml Dashi-Brühe (ersatzweise Fischbrühe)
3 EL Misopaste (aus dem Asien- oder Bioladen)	2 EL Instant-Wakame
1-2 EL Sojasauce	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 375 kcal

Zubereitung

1. Tofu auf ein Küchenbrett stürzen, trocken tupfen und 1 cm groß würfeln. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und den grünen Teil in feine Ringe schneiden. Spinat verlesen, waschen und trocken schütteln.

2. Brühe einmal aufkochen lassen, dann die Hitze reduzieren. Miso und Wakame in die Suppe rühren (die Brühe sollte jetzt nicht mehr kochen!), ca. 2 Min. zugedeckt ziehen lassen. Mit Sojasauce würzen, Tofu und Spinat dazugeben und kurz heiß werden lassen. Auf Schälchen verteilen, mit Zwiebelgrün bestreuen.