

Rezept

Reissuppe mit Garnelen

Ein Rezept von Reissuppe mit Garnelen, am 14.04.2026

Zutaten

| | |
|-------------------------------|--|
| 300 g Duftreis | 500 g rohe ungeschälte Riesengarnelen ohne Kopf (16-18 Stück) |
| 1 Stange Thai-Sellerie | 2 Thai-Früblingszwiebeln |
| 4 Knoblauchzehen | 2 EL Öl |
| 2 EL tangchai | 6 EL helle Sojasauce |
| 2 EL Fischsauce | $\frac{1}{2}$ TL Zucker |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4-6 PERSONEN: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Den Reis in einem Sieb gründlich kalt abspülen, abtropfen lassen und mit 450 ml Wasser zum Kochen bringen. Zugedeckt bei schwacher Hitze 15 Min. garen.
2. Inzwischen die Garnelen schälen, dabei das Schwanzende daran belassen. Die Garnelen längs vom Rücken bis zum Bauch durchschneiden, so dass sie nur noch am Schwanzende zusammenhalten und eine Schmetterlingsform bilden. Den schwarzen Darmfaden entfernen.
3. Den Stangensellerie waschen, die Blätter abschneiden und beiseite legen. Die Stange in feine Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und klein schneiden.
4. Knoblauch schälen und fein hacken. Das Öl erhitzen, den Knoblauch darin goldgelb braten. In eine kleine Schüssel füllen.
5. In einem Suppentopf 1 $\frac{1}{2}$ l Wasser zum Kochen bringen. Tangchai, Sojasauce, Fischsauce, Zucker und Sellerie hineingeben und 2-3 Min. kochen lassen. Die Garnelen einlegen und 2 Min. darin köcheln lassen. Gegarten Reis und Zwiebeln hinzufügen und 2 Min. ziehen lassen.
6. Sellerieblätter hacken und über die Suppe streuen. Jeder gibt bei Tisch selbst gebratenen Knoblauch nach Geschmack über seine Suppe.