

Rezept

Spicy Miso-Ramen

Ein Rezept von Spicy Miso-Ramen, am 20.12.2025

Zutaten

3	Frühlingszwiebeln	1	Knoblauchzehe
1 Stück	Ingwer (ca. 4 cm lang)	1	rote Chilischote
1 EL	Öl	800 ml	Gemüsebrühe
400 ml	Sojadrink	6	getrocknete Shiitake (Pilze)
100 g	Tofu	2 EL	Sojasauce
	etwas Sojasauce zum Abschmecken	1	Mini-Pak-Choi (ersatzweise 2 Handvoll Baby-Blatt spinat oder Grünkohl)
125 g	Instant-Ramen-Nudeln (ersatzweise Mie-Nudeln)	2 EL	Maiskörner (TK oder aus der Dose)
1 EL	geröstetes Sesamöl	2 EL	dunkle Misopaste (z. B. Genmai Miso)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 555 kcal, 19 g F, 27 g EW, 66 g KH

Zubereitung

1. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und Weißes und Grünes getrennt in feine Ringe schneiden. Knoblauch und Ingwer schälen und fein würfeln. Die Chili waschen, längs halbieren, Trennwände und Kerne entfernen und die Schote in Streifen schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen. Das Weiße der Frühlingszwiebeln mit Knoblauch, Ingwer und Chili darin bei mittlerer Hitze ca. 4 Min. anschwitzen.
2. Gemüsebrühe und Sojadrink angießen und die Pilze zugeben. Alles aufkochen und köcheln lassen, bis die übrigen Zutaten vorbereitet sind.
3. Den Tofu in mundgerechte Würfel schneiden, mit der Sojasauce mischen und marinieren. Den Pak Choi waschen, putzen und längs vierteln (Spinat bzw. Grünkohl waschen, putzen und gegebenenfalls in mundgerechte Stücke schneiden). Die Nudeln nach Packungsanweisung knapp gar kochen, abgießen und abtropfen lassen. Dann auf zwei große Schalen verteilen. Die Pilze aus der Brühe fischen und in Streifen schneiden. Alle vorbereiteten Zutaten und die Maiskörner zu den Nudeln geben.
4. Misopaste und Sesamöl in die Brühe rühren. Die Brühe mit Sojasauce abschmecken, in die Schüsseln gießen und die Suppe mit dem Frühlingszwiebelgrün garnieren.