

vegane Ramensuppe







Zutaten für 4 Personen:

Gemüsebrühe:

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
75 ml Sojasauce
1500 ml Gemüsebrühe
3-4 Stängel Petersilie
Salz und Pfeffer

Suppeneinlage:

300 g Tofu
1 Pak Choi
150 g Fisolen
1 Hand voll Champignons
2 Karotten
200 g Glasnudeln
Tofugewürz

Die Zwiebel und die Knoblauchzehe werden ganz klein gewürfelt und in Öl hellbraun angebraten. Mit der Sojasauce ablöschen und dann mit der vorbereiteten Gemüsebrühe aufgießen. Die Petersilie in die Suppe geben und diese 30 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer noch geschmacklich abstimmen.

Die Suppe wird danach abgeseiht und zur Seite gestellt.

Den Tofu klein würfeln und in etwas Öl scharf anbraten. Kurz vor Ende der Bratzeit kräftig mit dem Tofugewürz würzen.

Vom Pak Choi entfernt man den Strunk, die Fisolen werden in kleine Stücke geschnitten, die Champignons halbiert und die Karotten geschält und in kleine Stifte geschnitten.

Das gesamte Gemüse in die Suppe geben und ein paar Minuten leicht köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist.

Die Glasnudeln werden für 2 Minuten in warmes Wasser eingetaucht und vor dem Servieren in je 4 tiefe Teller aufgeteilt und mit der Gemüsesuppe übergossen.