



Miso-Suppe mit Zuckererbsen

Rezepte vom LAISEACKER



Zutatenliste (4 Personen):

300g Zuckererbsen, 20g Arame Algen, getrocknet, 300g Udon Nudeln, 4 hartgekochte Eier, 2 Zwiebeln, gewürfelt, 2 Knoblauchzehen, 3cm Ingwerwurzel, fein gerieben, 3 - 4 EL Mugi Miso, evtl. etwas Shoyu-Soße

Zubereitung:

1. Die Arame waschen und 5 Minuten in kaltem Wasser einweichen. Die Nudeln nach Packungsanweisung bissfest kochen. Mit kaltem Wasser abspülen, damit sie ihre Struktur behalten. Dann zur Seite stellen.
2. Die Zuckererbsen waschen, Enden abknipsen und eventuell Fäden abziehen. Die Eier pellen und halbieren.
3. Das Kokosöl in einem Suppentopf erhitzen. Die Zwiebelwürfel zufügen. Die Knoblauchzehen durch eine Presse drücken und ebenfalls zufügen. Auch den Ingwer zufügen und alles zusammen etwa 2 - 3 Minuten braten, bis es zu duften beginnt. Die Zuckererbsen zufügen und 5 Minuten mitbraten. Mit 750ml kochendem Wasser aufgießen. Die Arame-Algen und das Miso zufügen und alles verrühren, bis sich das Miso aufgelöst hat.
4. Die Nudeln auf 4 Suppenschalen verteilen. Die Suppe über die Nudeln gießen, die Eierhälften zugeben und servieren. Nach Geschmack mit Shoyu-Soße verfeinern

Viele weitere tolle Rezeptideen
finden Sie auf
www.laiseacker.de.
Guten Appetit



www.LAISEACKER.de