

Vegetarische vietnamesische Pho Chay

Gesamtzeit **60 Min.** 20 Min. Vorbereitungszeit **40 Min.** Kochzeit

ZUTATEN

10 Portion(en)

Für das Gericht:

- 500 g** Tofu, in Würfeln (ca. 1 x 1 cm)
- 200 g** Karotte, in dünnen Streifen
- 200 g** Shiitake-Pilze, in Scheiben
- 300 g** Reisnudeln, getrocknet

Für die Brühe:

- 50 ml** Pflanzenöl
- 150 g** Zwiebel, in Scheiben
- 50 g** Ingwer, in Scheiben
- 3 l** Gemüsebrühe
- 15 g** Knoblauch (3 Zehen), fein gehackt
- 100 g** Daikon, in Stücken
- 4** Sternanis
- 4** Kardamomkapseln
- 4** Zimtstangen
- 200 ml** [Kikkoman natürlich gebraute Tamari](#) [glutenfreie Sojasauce](#)

Zum Garnieren:

- 200 g** Mungobohnensprossen
- 100 g** Frühlingszwiebel, fein geschnitten
- 10** Zweige Koriander
- 10** Limettenschnitze

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Öl in einem großen Topf erhitzen und Zwiebel und Ingwer 1–2 Minuten anbraten. Gemüsebrühe angießen und Knoblauch, Daikon, Sternanis, Kardamom und Zimt hinzufügen. Ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen, damit sich die Aromen entfalten können. Brühe abseihen, um Gewürze und Gemüse zu entfernen, und zurück in den Topf geben. Kikkoman glutenfreie Sojasauce hinzufügen.

Schritt 2

Tofu, Karotte und Shiitake-Pilze zugeben und ca. 10 Minuten bei geringer Hitze kochen lassen.

Schritt 3

Reisnudeln separat gemäß Packungsanweisung kochen, abgießen und unter kaltem Wasser abspülen.

Schritt 4

Eine Portion Nudeln in jede Schüssel geben, die heiße Brühe mit Gemüse und Tofu darüber gießen und mit Sprossen, Frühlingszwiebeln, Koriander und einer Limettenscheibe servieren.