KIKKOMAN

Chinesische Sanratan/Suan-La-Tang-Suppe

Gesamtzeit **20 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit **10 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1.274 kJ / 306 kcal

Fett: **14,5 g** Eiweiß: **16,6 g**
Kohlenhydrate: **30,4 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

1	Knoblauchzehe
1	kleine rote Chilischote, mild
1 cm	frischer Ingwer
1	Karotte
250 g	Shiitake-Pilze (alternativ: Champignons)
4	Frühlingszwiebeln
1 EL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
700 ml	Wasser
2 EL	Kikkoman Konzentrierte Ramen Suppenbasis - Shoyu (Sojasauce) Geschmack
1	Ei
100 g	Tofu
1 EL	Kartoffelstärke
2 EL	kaltes Wasser
1 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
1 EL	Kikkoman Würzmittel für Sushi-Reis (125ml)
1 TL	flüssiger Honig
1 EL	gerösteter Sesam

ZUBEREITUNG

Schritt 1

1 Knoblauchzehe - **1** kleine rote Chilischote, mild - **1 cm** frischer Ingwer
Knoblauch und Chilischote fein hacken, Ingwer reiben und alles vermischen.

Schritt 2

1 Karotte - **250 g** Shiitake-Pilze (alternativ: Champignons) - **4** Frühlingszwiebeln - **1 EL** Kikkoman geröstetes Sesamöl
Karotte in feine Streifen, Pilze in kleine Würfel und Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden (1 EL für die Garnitur beiseitestellen). Das Gemüse in erhitztem Kikkoman Sesamöl in einem Topf ca. 4 Min. goldbraun braten. Die Chili-Ingwer-Mischung unterrühren und ca. 1 Min. mitbraten.

Schritt 3

700 ml Wasser - **2 EL** Kikkoman Konzentrierte Ramen Suppenbasis - Shoyu (Sojasauce) Geschmack
Wasser und Kikkoman Ramen Suppenbasis zum Gemüse geben, aufkochen und ca. 5 Min. köcheln lassen.

Schritt 4

1 Ei
Ei gut verquirlen und unter ständigem Rühren in die heiße Suppe rühren.

Schritt 5

100 g Tofu - **1 EL** Kartoffelstärke - **2 EL** kaltes Wasser - **1 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **2 EL** Kikkoman Würzmittel für Sushi-Reis (125ml) - **1 TL** flüssiger Honig - **1 EL**

gerösteter Sesam

Tofu in 2x2 cm große Würfel schneiden. Stärke mit Wasser verrühren, in die Suppe geben und kurz aufkochen. Die Suppe mit Kikkoman Sojasauce, Kikkoman Würzmittel für Sushi-Reis und Honig abschmecken. Den Tofu zufügen und kurz erhitzen. Die Suppe in Suppentassen anrichten, mit den beiseitegestellten Frühlingszwiebelringen sowie Sesam garnieren und servieren.