KIKKOMAN

Portugiesische Caldo Verde mit Räuchertofu

Gesamtzeit **30 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit **20 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1.627 kJ / 390 kcal

Fett: **21,5 g** Eiweiß: **16,5 g**
Kohlenhydrate: **30,9 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

1	kleine Zwiebel
1	Knoblauchzehe
1 TL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
300 g	Kartoffeln
1	Lorbeerblatt
500 ml	Wasser
2 EL	Kikkoman Konzentrierte Ramen Suppenbasis - Shoyu (Sojasauce) Geschmack
150 g	frischer Grünkohl (alternativ: TK)
100 g	Räuchertofu
1 TL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce

Zusätzlich:

2 EL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
	Pfeffer aus der Mühle
	Muskat
1 TL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
2 TL	Röstzwiebeln

ZUBEREITUNG

Schritt 1

1 kleine Zwiebel - **1** Knoblauchzehe - **1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl - **300 g** Kartoffeln - **1** Lorbeerblatt
Zwiebel würfeln, Knoblauch fein hacken und beides in erhitztem Kikkoman Sesamöl in einem Topf andünsten. Kartoffeln in Würfel schneiden und zusammen mit Lorbeer dazugeben und ebenfalls andünsten.

Schritt 2

500 ml Wasser - **2 EL** Kikkoman Konzentrierte Ramen Suppenbasis - Shoyu (Sojasauce) Geschmack
Wasser und Kikkoman Ramen Suppenbasis angießen, aufkochen und ca. 15 Min. köcheln lassen. Das Lorbeerblatt herausnehmen. Die Suppe pürieren – sie sollte sehr cremig, aber noch relativ dünnflüssig sein.

Schritt 3

150 g frischer Grünkohl (alternativ: TK)
Grünkohl in möglichst feine Streifen schneiden (alternativ: auftauen), in die Suppe einrühren, aufkochen und abgedeckt 3-5 Min. garen.

Schritt 4

100 g Räuchertofu - **1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl **1 TL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
Tofu in Würfel schneiden. In einer kleinen Pfanne in erhitztem Kikkoman Sesamöl knusprig braten und mit Kikkoman Sojasauce würzen.

Schritt 5

2 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - Pfeffer aus der Mühle - Muskat - **1 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl - **2 TL** Röstzwiebeln
Die Suppe mit Kikkoman Sojasauce, Pfeffer und Muskat abschmecken und in Suppentellern oder -bowls anrichten. Mit Kikkoman Sesamöl beträufeln, mit dem Tofu und Röstzwiebeln garnieren und servieren.