

# Süßkartoffel-Ramen mit Kräuterseitlingen

Gesamtzeit **25 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit 15 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**1.682 kJ / 403 kcal**

Fett: **13 g** Eiweiß: **7 g**  
Kohlenhydrate: **64,2 g**

## ZUTATEN

2 Portion(en)

**350 g** Süßkartoffeln  
**120 g** Pastinaken (alternativ:  
Petersilienwurzel,  
Sellerie)  
**1** Schalotte  
**1** Knoblauchzehe  
**1 EL** Kikkoman geröstetes  
Sesamöl  
**300 ml** Reis- oder Haferdrink  
**300 ml** Wasser  
**2,5 EL** Kikkoman Konzentrierte  
Ramen Suppenbasis -  
Shoyu (Sojasauce)  
Geschmack  
**Pilze:**  
**80 g** Kräuterseitlinge  
**1 EL** Kikkoman geröstetes  
Sesamöl  
**0,25 TL** Kikkoman Konzentrierte  
Ramen Suppenbasis -  
Shoyu (Sojasauce)  
Geschmack  
**1 TL** Kikkoman Ponzu -  
Würzsauce mit Sojasauce  
und Essig, mit  
Zitronengeschmack  
Pfeffer aus der Mühle  
**0,25 Bund** Petersilie  
**Zusätzlich:**  
**2 TL** Kikkoman Ponzu -  
Würzsauce mit Sojasauce  
und Essig, mit  
Zitronengeschmack

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

**350 g** Süßkartoffeln - **120 g** Pastinaken (alternativ:  
Petersilienwurzel, Sellerie) - **1** Schalotte - **1**  
Knoblauchzehe - **1 EL** Kikkoman geröstetes  
Sesamöl  
Süßkartoffeln und Pastinaken in Würfel schneiden.  
Schalotte und Knoblauch abziehen, fein schneiden,  
mit den Süßkartoffeln und den Pastinaken in  
erhitztem Kikkoman Sesamöl andünsten.

### Schritt 2

**300 ml** Reis- oder Haferdrink - **300 ml** Wasser -  
**2,5 EL** Kikkoman Konzentrierte Ramen  
Suppenbasis - Shoyu (Sojasauce) Geschmack  
Reis- oder Haferdrink, Wasser und Kikkoman  
Ramen Suppenbasis angießen, aufkochen und  
abgedeckt ca. 15 Min. garen.

### Schritt 3

**80 g** Kräuterseitlinge - **1 EL** Kikkoman geröstetes  
Sesamöl - **0,25 TL** Kikkoman Konzentrierte Ramen  
Suppenbasis - Shoyu (Sojasauce) Geschmack - **1 TL**  
Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und  
Essig, mit Zitronengeschmack - Pfeffer aus der  
Mühle - **0,25 Bund** Petersilie  
Pilze in Streifen schneiden, in erhitztem Kikkoman  
Sesamöl ca. 3 Min. goldbraun braten und mit  
Kikkoman Ramen Suppenbasis, Kikkoman Ponzu  
Zitrone sowie Pfeffer würzen. Petersilie fein  
hacken.

### Schritt 4

**2 TL** Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce  
und Essig, mit Zitronengeschmack - Pfeffer aus  
der Mühle - **3 Prisen** Muskat - Chiliflocken

### **3 Prisen**

Pfeffer aus der Mühle  
Muskat  
Chiliflocken

Die Suppe pürieren, mit Kikkoman Ponzu Zitrone, Pfeffer und Muskat abschmecken. In Suppenteller oder -tassen füllen, mit den Pilzen, der Petersilie und Chiliflocken garnieren und servieren.