

REZEPT

Thai Suppe mit knackigem Gemüse



Kategorie: Suppe

Zubereitung: 15 Minuten

Portion: 2 Portionen

ZUTATEN

- ✓ Sesamöl
- ✓ 40g Ingwer
- ✓ 3 Knoblauchzehen
- ✓ 2 Karotten
- ✓ 80g Zuckerschoten
- ✓ 2 EL rote Currypaste
- ✓ 1 Dose Kokosmilch
- ✓ 170g Bambussprossen
- ✓ 200-250 ml Gemüsebrühe
- ✓ 1 Bund Radieschen
- ✓ Saft von 1 Limette
- ✓ 1-2 TL Sojasauce (Tamari)
- ✓ 1 TL Kurkuma gemahlen
- ✓ Salz & Pfeffer
- ✓ Chiliflocken (optional)

NOTIZEN

Diese leichte Suppe eignet sich sehr gut als Vorspeise.

ZUBEREITUNG

1. Den Ingwer & den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Bambussprossen abgießen und gut spülen. Die Karotten fein würfeln und die Radieschen waschen & in feine Scheiben schneiden. Das Öl in einem Topf leicht erhitzen, den Ingwer und Knoblauch mit der Currypaste leicht anbraten. (nicht zu heiß, es sollen sich leichte Röstaromen bilden können).
2. Die Bambussprossen, die Karotten und die Kokosmilch zugeben und die Suppe aufkochen lassen. Den Limettensaft, die Brühe und die Sojasauce dazugeben und mit den Gewürzen abschmecken.
3. In der Pfanne in der Zwischenzeit die Zuckerschoten mit leichter Hitze vorsichtig anbraten.
4. Die Suppe nun in Schalen anrichten und mit den Radieschen-Scheiben und den Zuckerschoten servieren, und nach Gusto mit Chiliflocken garnieren.