

Gemüsesuppe mit Garnelen und Vietnamesischem Koriander



(c) Margit Gietler/ mmg-design

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

1 l Geflügel- oder Gemüfefond
150 g buntes Gemüse (Karotten, gelbe Rüben, Erbsenschoten, Karfiol, Broccoli, Lauch, Kohlrabi,...)
2 EL Sesamöl
150 g Garnelen oder Shrimps gekocht
Chili je nach Schärfegrad
Ingwer
Korianderblätter
Reisessig, Sojasauce, Salz, Pfeffer

ZUBEREITUNG DER GEMÜSESUPPE

Das Gemüse reinigen, nach Bedarf schälen und in beliebige Würfel, Rauten oder Stäbchen schneiden. Das Sesamöl in einem Topf erwärmen und das Gemüse nach Größe begeben und andünsten lassen. Geschnittenen Chili und Ingwer begeben und mit der Suppe auffüllen. Nicht zu lange kochen, damit das Gemüse noch knackig bleibt. Die Garnelen oder Shrimps begeben und mit Reisessig, Sojasauce, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit frischen Korianderblättern servieren.

Diese Art der asiatischen Suppe schmeckt auch vorzüglich mit Sojasprossen, Hühnerbrust oder etwas kompakteren Fischfilets.

Wir wünschen
guten Appetit!

