

ASIA-GEMÜSESUPPE

Zutaten (4 Personen)

- ¼ Chinakohl
- ½ Stange Lauch
- 1 Zwiebel
- 3 cm Ingwer
- 1 rote Chilischote
- 1 Stange Staudensellerie
- 200 g Süßkartoffel
- 2 Möhren
- 1 rote Paprikaschote
- 1 EL Pflanzenöl
- ½ TL Kurkuma
- ½ TL Paprikapulver
- Chiliflocken nach Bedarf
- 1 L Gemüsebrühe
- 1 EL Sojasoße
- Handvoll Koriander (gehackt)
- Salz, Pfeffer



Zubereitung

Gemüse waschen und putzen. Chinakohl in kleine Stücke schneiden. Lauch in dünne Ringe schneiden. Übriges Gemüse zum Teil schälen und nach Sorte fein würfeln. Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Chili und Ingwer ebenfalls klein hacken.

Öl in einem Topf erhitzen und Zwiebeln, Chili und Ingwer unter Rühren 1-2 Minuten andünsten. Sellerie, Süßkartoffel, Möhren und Paprika hinzufügen und ca. 3-4 Minuten mitdünsten. Mit Gewürzen bestäuben, leicht andünsten lassen und mit Brühe ablöschen. Aufkochen und kurz köcheln lassen. Lauch und Chinakohl zugeben und ca. 5 Minuten garen. Chiliflocken, Sojasoße und Koriandergrün unterrühren. Suppe abschmecken und mit Salz und Pfeffer würzen. Suppe in Schalen servieren und mit ein paar Korianderblättern garnieren.